VISIT…

ББК 88я73 Л 69

Рекомендовано к изданию Ученым советом факультета философии и политологии и утверждено Редакционно-издательским советом КазГУ им. алъ-Фараби

Рецензенты:
доктор психологических наук, профессор КЖПИ
Х. Т. Шерьязданова;
кандидат психологических наук, доцент
А. Л. Тынышбаева;
кандидат психологических наук, доцент
А. М. Ким

Логинова Н. А.
Л 69 Психобиографический метод исследования и коррекции личности: Учебное пособие. - Алматы: Казак университеті, 2001.- 172с

ISBN 9965-12-002-1

Впервые в отечественной психологии учебное пособие посвящается психобиографическому (биографическому) методу психологии, направленному на изучение личности как субъекта жизнедеятельности на жизненном пути, а также на выявление общих закономерностей развития личности в процессе жизни.

Рассматриваются вопросы истории и теории биографического метода, биографической психологии, структура жизненного пути. Обсуждаются механизмы развития личности в масштабе времени жизни и микроцикле жизненного выбора.

Представлены конкретные методы сбора, обработки и интерпретации биографического материала о личности-индивидуальности. Специальное внимание уделено практическому приложению психобиографического метода, техникам биографического тренинга, нацеленного на повышение культуры жизни личности.

Для студентов, магистрантов и специалистов по психологии.

ISBN 9965 -12-002-1

ББК 88я73
© Издательство "Казак университеті", 2001.

Моим детям и моим студентам посвящаю

ПРЕДИСЛОВИЕ

Более тридцати лет назад, в 1968 году на лекции Бориса Герасимовича Ананьева я, тогда студентка факультета психологии Ленинградского государственного университета, впервые узнала о существовании биографического метода в психологии. Б.Г.Ананьев читал нам курс под названием "Комплексные исследования человека", в котором раскрыл, в том числе и суть этого метода, историю биографических исследований в психологии. В той памятной лекции он рассказал о своём опыте психобиографического анализа индивидуальности Александра Блока на основе опубликованных личных документов и художественных произведений поэта.

Рассказ Б.Г.Ананьева о биографическом исследовании личности произвел на меня неизгладимое впечатление и определила мой научный путь. В аспирантуре Ленинградского университета под руководством Б.Г.Ананьева я написала кандидатскую диссертацию на тему "Биографический метод в психологии и смежных науках". Диссертация была завершена и защищена уже после смерти моего незабвенного учителя. В дальнейшем многолетнее изучение жизни и творчества Бориса Герасимовича Ананьева и докторская диссертация, посвящённая созданной им научной школе, а также школе В.М.Бехтерева, по-новому раскрыли для меня возможности и ценность биографического метода.

За годы работы в области психобиографии, психологии личности и истории психологии у меня накопился большой материал. На основе этого я читаю вот уже десять на отделении

психологии КазГУ им. аль-Фараби спецкурс "Психобиографические методы исследования и коррекции личности". Настала пора передать его содержание более широкой публике.

В душе я надеюсь, что это пособие будет интересно и полезно каждому, кто хочет понять себя и других, оптимально планировать и выстраивать свою жизнь и получать от неё подлинное удовлетворение. Эта моя надежда питается искренними положительными откликами, которые я получала все эти годы от моих слушателей - студентов отделения психологии. Думаю, будет уместно привести некоторые из них: " ...Мне очень понравился спецкурс, потому что он заставил меня задуматься, так ли правильно я распоряжаюсь тем временем, которое мне отведено... Я поняла, что я достаточно неактивно участвую в жизни, а позволяю течению нести меня". "...Благодаря этому предмету я поняла, что прошлое не менее ценно, как и настоящее и будущее. Это очень важно осознавать, чтобы зря не проживать свою жизнь, как будто черновик пишешь, на чистовик переписать уже не удаётся".

"...Я практически полностью переосмыслила свою жизнь,

осознала поступки, совершённые мною в прошлом, наконец-то поняла истоки своих проблем, решила их".

"... На ваших занятиях мы не только думали о психологии, но также о своей жизни".

... Когда я вижу прекрасные юные лица моих студентов, моей дочери и племянников, которых я тоже считаю своими детьми, я чувствую любовь и тревогу одновременно: как они будут жить, какими они станут через много лет, каким будет их мир? Я тревожусь о том, чтобы молодое поколение не растратило себя на погоню за примитивными удовольствиями или на унылое выживание. И мне страстно хочется, чтобы молодёжь, преодолевая все препятствия на пути к высоким целям, познала настоящее счастье, достойное человека.

ВВЕДЕНИЕ

Биографический метод (он же психобиографический) занимает всё более заметное место в арсенале современной психологии и смежных гуманитарных наук. Его развитие имеет длительную, богатую историю, которую творили философы, историки, социологи, искусствоведы, науковеды и, конечно, психологи. Среди тех, кто внёс существенный вклад развитие биографической психологии в XX веке, стоят психологи Н.А.Рыбников, Б.Г.Ананьев, С.Л.Рубинштейн (СССР - Россия), австрийские Зигмунд Фрейд, Шарлотта Бюлер, Виктор Франкл, немецкие Альфред Адлер, Ганс Томэ, американские Г.Олпорт, А.Маслоу и другие.

В современной науке усиливается тенденция целостного изучения личности на всём протяжении её жизни в масштабе исторической эпохи, в связи с чем биографические методы приобретают большую популярность и развитие. Им посвящены разделы в учебниках и руководствах по методологии психологии и других гуманитарных наук (1; 2; 3 и др.). Тем не менее, остаются нерешенными многие вопросы теории жизненного пути человека, методических средств исследования жизни как естественноисторического процесса на уровне личности, взаимосвязи личностно-биографического и общественно-исторического времени. Весьма редки опыты использования биографического метода в его полном варианте для изучения развития личности.

В отечественной (советской и постсоветской) психологии, насколько мне известно, нет обобщающих публикаций о биографическом методе как таковом. Даже специалисты со стажем мало знают о нём. Тем более студенты-психологи, за исключением тех случаев, когда они имеют возможность слушать специальные курсы. Один из таких курсов читается в Казахском государственном университете имени аль-Фараби с 1991 года, другой - в Санкт-Петербургском государственном университете на факультете

психологии. Возможно, есть подобные курсы в других университетах, но я о них не имею сведений.

Настоящее пособие адресовано, прежде всего, студентам факультетов и отделений психологии. Оно может быть использовано в курсе общей психологии для раскрытия тем о методах психологии и психологии развития личности. Надеюсь, эта книга будет полезна для социологов, философов и других специалистов, которые в своих отраслях гуманитарного знания обращаются к жизни личности той или иной исторической эпохи.

Глава 1
БИОГРАФИЧЕСКИЙ МЕТОД – СРЕДСТВО НАУЧНОГО ПОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ

Быть может, как ни одна другая наука, психология затрудняется с определением своего предмета и своего метода. Не утихают споры о том, что изучает психология, и даже является ли она вообще нормальной наукой. Что общего между изучением времени реакции в психофизике и психологическими механизмами принятия нравственного решения, например? Некоторые думают, что нет ничего общего и потому нет единой психологии, а, по крайней мере, две психологии. Одна - по образу естествознания, так сказать нормальная наука, с естественнонаучным детерминистическим подходом и экспериментальным методом, допускающими математические процедуры измерения психических феноменов.

Другая психология исследует внутренний мир и сложное поведение личности методами, близкими к герменевтике, где главное - понимание через уподобление другой личности, диалог с ней, вчувствование в её состояния. Причем изучаемый рассматривается как эксперт собственного внутреннего опыта и жизненного пути. В своей книге "Введение в науки о духе" один из основателей герменевтики Вильгельм Дильтей оценивал биографический метод как высшую и основную форму гуманитарных исследований.

Двойственность психологии отмечалась издавна. Попытки отделить психологию от других наук, представить ее настолько уникальной, что к ней якобы неприменимы общие критерии, стандарты научности, воспроизводятся и в наши дни. Странно слышать в конце XX века призывы фактически вернуться к средневековым понятиям о душе и душесловию (См. некоторые выступления в дискуссии "Психология и новые идеалы научности" (4)). Как будто и не было трудного многовекового пути становления психологии "нормальной" наукой на основе наблюдения, эксперимента, математического измерения, строгой доказательности.

Вновь обостряется вопрос о возможностях научного изучения личности в ее целостности, как носителя внутреннего мира, субъекта

социальной жизнедеятельности, индивидуальности. В этих вопросах конкуренция психологии с искусством особенно заметна, причём, и художественное познание выглядит более успешным. Личность - это предмет науки или искусства? - поставил вопрос ребром крупный американский психолог-персонолог Г. Олпорт. Сам он выступил в защиту науки и доказывал незаменимость научных методов художественными (5). Г. Олпорт много сделал для разработки научных методов персонологии и среди них биографического, который находится в непосредственной близости к искусству и используется в ряде гуманитарных наук, а также и в психологии личности.

Предварительная характеристика биографического метода

Наряду с исторической, литературоведческой, науковедческой биографией существует психологическая, а в арсенале психологии уже давно имеется биографический метод (точнее, методы), который нацелен на исследование уникальной целостной "личности как субъекта жизни, образно говоря, странника на жизненном пути. Именно этот метод сочетает в себе аналитичность, строгость научного с синтетичностью и метафоричностью художественного описания сложных психологических явлений. Он ещё не вполне утвердился в современной психологии и не всегда рассматривается в системе её методов, но интерес к нему растёт, и метод интенсивно развивается.

Обращение к биографическому методу в современной психологии обусловлено недостаточностью экспериментальных и тестовых методов, которые рассчитаны на получение строгой информации о личности в искусственных, контролируемых условиях, в отрыве от естественного процесса жизни человека с ее событиями и обстоятельствами в связи и на фоне с исторической эпохой, в которой живёт человек. Жизненная валилность этих методов далеко не всегда убедительна. Биографический же метод по определению жизненный, рассматривает личность в ходе естественноисторического процесса ее бытия. Психологическое исследование на основе биографического метода есть исследование самого бытия личности. Оно направлено на психологические механизмы и законы ее социального поведения и жизнетворчества на жизненном пути. Согласимся с австрийским психологом-гуманистом Виктором Франклом, который писал: "Личность раскрывается в своей биографии. Она открывает себя, свое "так - бытие", свою уникальную сущность только биографическому объяснению, не поддаваясь прямому анализу. В конечном счете, биография - это не что иное, как объяснение личности во времени" (6, 100).

Биографический метод имеет древнюю предысторию и двухвековую историю, но в современной отечественной психологии

заслуга его возрождения принадлежит Б. Г. Ананьеву (1907-1972), который в шестидесятые годы приступил к организации, проектированию и программированию комплексных исследований человека, в связи с чем обратился к проблемам методологии психологии и разработал новую классификацию ее методов, где биографическому отводится заметное место (7).

Его классификация отражает логику исследовательского процесса, начиная от планирования исследования и кончая интерпретацией полученных данных. Соответственно он выделил четыре класса методов: организационные, эмпирические, методы обработки, интерпретационные. Самый обширный и разветвлённый класс методов - эмпирические, служащие средством добывания исходного эмпирического материала, из которых получают научные факты. К эмпирическим методам Ананьев относит обсервационные (наблюдение и самонаблюдение), экспериментальные (естественный и лабораторный эксперимент), диагностические, праксиметрические и наряду с ними биографические методы.

Согласно Б. Г. Ананьеву, "биографический метод - собирание и анализ данных о жизненном пути человека как личности и субъекте деятельности (анализ человеческой документации, свидетельств современников, продуктов деятельности самого человека и т. д.)" (7, 310).

Словарь "Психология" 1990 года содержит следующую характеристику биографических методов:"способы исследования, диагностики, коррекции и проектирования жизненного пути личности... основаны на изучении личности в контексте истории и перспектив развития ее индивидуального бытия и взаимоотношений со значимыми другими, направлены (на реконструкцию жизненных программ и сценариев развития личности, пространственно-временной организации ее деловой, семейной и духовной жизни, природной и социальной среды" (8, 40).

Биографический метод имеет своим предметом жизненный путь личности, точнее, личность как субъект этого пути. Отсюда вся специфика биографического метода. Эта специфика обнаруживается при обращении к теоретическим основам метода, его понятийному аппарату, а также операциональной его стороне, конкретным методикам сбора, обработки и интерпретации биографических данных о личности.

В наше время происходит активное развитие биографического метода и расширение его технического инструментария, что позволяет уже говорить о методе во множественном числе. Нередко эти методы называют в психологии психобиографическими, желая подчеркнуть принадлежность именно этой науке, его направленность на психологические проявления и механизмы жизнедеятельности личности как субъекта жизни.

Слово "биография" относится и к самой истории жизни, и к ее описанию. Наличие собственной истории - отличительный признак личности. "Можно даже сказать, что человек лишь постольку является личностью, поскольку имеет свою историю", - писал С. Л. Рубинштейн (9, 643). Сопряженность личности и ее жизненного пути позволяет развернуть целую область исследований, которую Б. Г. Ананьев назвал генетической персоналистикой или, по аналогии с онтогенетикой, биографикой. Ее методом является биографический, а предметом - жизненный путь и личность как субъект жизнедеятельности-жизнетворчества. Б. Г. Ананьев

полагал, что "генетическая персоналистика - теория и метод биографического исследования жизненного пути человека, основных событий, конфликтов, продуктов и ценностей, развертывающихся на протяжении жизни человека в данных общественно-исторических условиях" (7, 265).

Биографика как психологическая отрасль занимается психологическими механизмами социальной жизнедеятельности, жизненного выбора, включая экзистенциальные переживания, духовную работу внутреннего мира индивидуальности. Такие структуры личности, как талант, характер, мировоззрение, жизненная философия, индивидуальность в целом не могут быть поняты без биографии личности и, следовательно, без применения биографического метода.

В случае, когда предметом исследования берётся индивидуальность и её уникальная жизнь биографический метод выступает в идеографической форме. Но и тогда изучение отдельных "случаев" служит выявлению в конкретной форме общих закономерностей. В этом состоит принцип индивидуализации, по С.Л.Рубинштейну: "...задача теоретического психологического исследования заключается не в жизнеописании отдельного индивида в его единичности, а в том, чтобы от единичного перейти к всеобщему, от случайного к необходимому, от явлений к существенному в них" (9, 41).

С другой стороны, еще в 30-е годы обозначена психологическая проблема жизненного пути как общечеловеческого явления. На рубеже 20-30-х годов австрийский (позже -американский) психолог Шарлотта Бюлер осуществила научное исследование его общих закономерностей, как она писала, -"регулярностей" (См. её книгу (10), а также мою статью об этом учёном (11)). При этом биографический метод выступал в своей номотетической форме, которая допускает статистические методы анализа эмпирических данных,

' Правди. если изучают жизнь великого человека, жизнеописание приобретает самостоятельную ценность. В практической психологии биографическая уникальность жизни обычных людей также становится предметом индивидуального анализа, здесь важнее

переход от общих законов к уникальной судьбе и неповторимой структуре личности конкретного человека.

полученных на больших выборках. Количественный анализ текстов личных документов, построение графиков, ведение своего рода биографической статистики - все эти и другие методики служат развитию номотетического подхода к биографии человека.

Жизненный путь — предмет биографического метода

Теоретические представления о жизненном пути составляют основу его понятийного аппарата. В XX веке в общих чертах сложилась теория жизненного пути и личности. В психологической науке высказаны важные мысли и развиты теоретические представления о жизненном пути. С.Л.Рубинштейн в книгах "Основы психологии" (1935) и "Основы общей психологии" (1940, 1946) уделил специальное внимание проблеме жизненного пути, связывая её с самосознанием личности. "Сущность человеческой личности находит своё завершающее выражение в том, что она не только развивается как всякий организм, но и имеет свою историю... Всякий человек имеет свою историю, поскольку развитие личности опосредовано результатом её деятельности, аналогично тому, как развитие человечества опосредуется продуктами общественной практики" (9, 641).

Б.Г.Ананьев характеризует жизненный путь как социально-историческую форму индивидуального развития человека, так что "все события этого развития (биографические даты) всегда располагаются относительно к системе измерения исторического времени...Психологическое изменение структуры личности , её характера и таланта уже немыслимо вне категории исторического времени..." (12, 54, 155).

По Б.Г.Ананьеву, "личность всегда конкретно-исторична, она - продукт своей эпохи и жизни страны, современник и участник событий, составляющих вехи истории общества и её собственного жизненного пути... Поэтому изучение личности неизбежно становится историческим исследованием не только процесса её воспитания и становления в определённых социальных условиях, но и эпохи, страны, общественного строя, современников, сотрудников или, напротив, противников — в общем, соучастников дел времени и событий, в которые была вовлечена личность.

Биографическое исследование личности, её жизненного пути и творчества есть род исторического исследований в любой области знания - искусствознания, истории науки и техники, психологии и т.д." (12, 277).

Развитие личности на жизненном пути в зависимости от исторического времени стала предметом многолетних исследований германского психолога Ганса Томэ/Hans Thomae. Он справедливо

полагает, что необходимо переходить от абстрактных вне историчных описаний развития личности к исследованию развития в конкретных социально-исторических обстоятельствах жизни того или иного поколения, и говорит о новой отрасли — психологии жизненного пути (13). В этой связи закономерно ставить вопрос о социально-исторической адаптации личности и её историческом поведении (14).

Все мы дети и пленники своего времени, в той или иной степени, разделяем его идеи и предрассудки, спорим и конфликтуем с ним, стремимся оставить в нем свой, хотя бы малый след. Сама эпоха накладывает ограничения на самореализацию личности, врывается в течение индивидуальной жизни и может всё изменить в ней, даже помимо её воли. Мы это хорошо знаем по судьбам соотечественников — жителей **XX** века. Как многие из них могли бы сказать вслед за Анной Ахматовой:

Меня, как реку, Суровая эпоха повернула.

Мне подменили жизнь.

Но детерминация судьбы человека историей не отменяет его ответственности и воли. Специфика человеческой жизни, во-вторых, состоит в том, что она субъектна, осуществляется, выстраивается самой личностью-субъектом жизненного пути, осмысливается и переосмысливается ею. Человек не просто живет, но ищет смысл, жаждет, чтобы его жизнь была значительной и не бесследной. Осознание жизни идет в разной форме - как переработка собственного прошлого и накопление через это жизненного опыта, как планирование будущего, как соотнесение планов и программ с результатами и достижениями, тех и других - с собственными внутренними потенциалами и притязаниями, желаниями стремлениями. Процессы осознавания, смыслообразования, построения собственной жизненной философии составляют более или менее напряженную внутреннюю жизнь, потаённую сторону жизненного пути.

.Замечательно об этом размышлял Л.С.Выготский: "Вот - жизнь. Она глубже, шире своего внешнего выражения. Всё в ней меняется, всё становится не тем. Главное — всегда и сейчас, мне кажется, не отождествлять жизнь с её внешним, выражением и всё. Тогда, прислушиваясь к жизни (это самая важная добродетель, немного пассивное отношение вначале), найдёшь в себе, вне себя, по всём столько, что вместить нельзя будет никому из нас. Конечно, нельзя жить, не осмысливая духовно жизнь. Без философии (своей, личной, жизненной) может быть нигилизм, цинизм, самоубийство, но не жизнь. Но есть ведь философия у каждого. Надо, видимо, растить её в себе, дать ей простор внутри себя, потому что она поддерживает жизнь в нас...Кризисы - это не временное состояние, а путь внутренней жизни. Когда мы от системы перейдём к судьбам (произнести страшно и весело это слово, зная, что завтра мы будем исследовать, что за

этим скрывается), к рождению и гибели систем, мы увидим это воочию" (15, 127).

Осмысленность, осознанность жизненного пути - один из способов его субъектной детерминации, роль которой увеличивается в зрелости и различается от личности к личности. Субъектная детерминация проявляется также в форме поступков, активном волевом вмешательстве самого человека в ход собственной жизни. Человек - субъект — опосредует своей структурой, функционированием и деятельностью все объективные влияния и факторы жизни. Он самостоятельно строит и осуществляет план своей жизни, преодолевая преграды и препятствия.

Субъектный аспект жизненного пути стоит в центре внимания в школе С. Л. Рубинштейна как наиболее существенный. "Специфика жизненного процесса, - пишет К. А. Абульханова-Славская, - связана с тем, как его осуществляет субъект" (16, 33). К. А. Абульханова-Славская, следуя идеям С. Л. Рубин-штейна, подчеркивает активный, субъектный характер жизненного пути, описывает и анализирует жизнь человека как процесс активной жизнедеятельности (лучше сказать социальная жизнедеятельность, чтобы отличить ее от функционирования организма). "Активность личности выражается в том процессе организации своей жизни, в котором личность отодвигает одни, приближает другие ситуации, преодолевает препятствия, поводя свою жизненную линию" (16, 41).

По-своему понимал суть жизни человека и характер её субъектности М.М.Бахтин. Для него человек - прежде всего субъект общения. "Само бытие человека (и внешнее и внутреннее) есть глубочайшее общение. Быть - значит общаться. Абсолютная смерть (небытие) есть неуслышанность, непризнанность, невспомянутость... Быть - значит быть для другого и через него — для себя... Жить - значит участвовать в диалоге" (17, 330, 337).

Особенностью жизни человека является то, что она имеет особую структуру. Во временном аспекте его структуру составляют фазы, отделенные друг от друга событиями. В самом общем виде это подготовительная фаза, старт, кульминация, финиш (12). Но у каждого человека, наряду с этими общими фазами, есть собственные "эпохи" соответственно личностно-событийным вехам на оси времени. (Как образно сказал П.П.Блонский, значительное событие - заголовок к новой главе нашей жизни).

В "пространственном" - содержательном - плане структура жизненного пути складывается из разнообразных деятельностей, общений, занятий, характеристик среды и т. д., говоря словами Ш.Бюлер "измерений" (dimension).

Понятийный аппарат биографического метода

Исходя из предварительных характеристик жизненного пути,

установления специфики человеческой жизни, можно определить круг понятий биографического метода. Вместе с тем

мы попробуем наметить концептуальные опоры теории жизненного пути, которые составляют фундамент биографического метода и основное содержание биографики. О главных понятиях "жизненный путь" , "жизнедеятельность" вкратце уже было сказано. Естественно, биографический метод оперирует общенаучными понятиями "личность", "субъект", "индивидуальность", смысл которых уточняется применительно к биографической проблематике.

На наш взгляд, наиболее важным и специфическим является понятие "событие", "событие жизни". Это случай, факт жизни, имеющий существенные последствия для ее дальнейшего хода, кладущий начало новому образу жизни, перестройке внутреннего мира и социального поведения личности, иначе говоря, переломный момент в ней.

Кроме событий, существуют более устойчивые и менее осознаваемые обстоятельства жизни - условия, в которых она протекает - экономические, политические, юридические (правовые), моральные и пр. Характер этих обстоятельств зависит от конкретных времени и места жизни, что в общем фиксирует понятие хронотопа, в данном случае можно сказать би< графический хронотоп.

Объективная детерминация жизни обобщенно предстает в j форме среды развития, которая сама дифференцируется на | макросреду (ею является современное человеку общество на | определенном этапе его развития), и микросреду как совокупность обстоятельств, непосредственно окружающих человека - микрогруппы, в которые он включен, родительская и его собственная семья, круг общения на работе и на досуге.

Очень важное значение для характеристики субъектности жизненного пути имеет понятие собственной среды развития*, т.е. той, которую создает сам человек сообразно своим вкусам и привязанностям, планам и притязаниям. Тогда у него не просто жилище, а Дом, не случайные приятели, а друзья на всю жизнь, семья не только по записи гражданского состояния и наличию кровных родственников, а сосредоточие всего самого дорогого и душевно близкого. Создавая собственную среду, человек определяет условия своего развития и сам управляет им, определяет его результаты.

Социальная ситуация развития — понятие известное в психологии со времен Л.С. Выготского, оно означает комплекс обстоятельств в их отношении к конкретной личности в определённый возрастной период. Это динамическая сторона обстоятельств жизни. В биографическом плане не меньшее значение имеет социально-историческая ситуация развития, определяемая исторической эпохой, в которой довелось жить конкретной личности.

Стечением времени у человека складывается свойственный ему образ жизни, устоявшиеся, характерные формы индивидуальной жизнедеятельности личности, которые относятся к особенностям общения, поведения и деятельности в сферах труда, общественно-политической деятельности, быта и досуга. Эта объективная характеристика жизни дополняется субъективной - стилем жизни, т. е. системой психологических механизмов, обеспечивающий тот или иной образ жизни.

В 90-е годы К.А. Абульханова—Славская обогатила понятийный аппарат биографического метода такими понятиями, как жизненная позиция, жизненная перспектива, линия жизни и другие (19). В психологии и смежных науках разрабатываются (не всегда в связи с биографическим методом и проблематикой жизненного пути) и другие понятия (техники бытия, жизненный план, жизненная программа, сценарий жизни, биографический кризис, жизненный опыт, жизненный выбор), пригодные для пополнения понятийного аппарата биографического метода. Все они необходимы для описания и объяснения закономерностей жизни человека во всей её специфики и будут раскрыты в дальнейшем изложении содержательнътх вопросов биографического метода.

Операциональный аппарат биографического метода

Операциональный аппарат биографического метода, предназначенный для получения, добывания эмпирической биографической информации и психологической помощи людям, также своеобразен. Здесь широко используются тексту биографического характера, так называемые личные документы, поэтому нередко говорят о методе личных документов. Это роднит его с гуманитарным источниковедением, в котором разработаны приемы критики источников, техника контент-аналмза.

Биографический метод в психологии включает в свой арсенал и квазиэкспериментальные методики, опросники, биографическое интервью, сбор свидетельских показаний, продуктов деятельности, графические методики, позволяющие выявить и зафиксировать в удобной для обработки форме факты жизненного пути личности. Так как биографический метод применяется в целях психоконсультирования и коррекции, то в этом плане разработаны особые методики, приёмы и процедуры, R частности биографический тренинг, разные его формы. Они помогают развить позитивное биографическое мышление, поднять уровень самосознания субъекта жизни, О них мы будем специально говорить в последующих главах.

Отличительные свойства биографического метода

Подводя итоги нашему первому знакомству с биографическим методом, перечислим его отличительные свойства, которые

определяются самим предметом биографических исследований. Метод является историческим: он рассматривает жизнь личности на фоне и в связи с историей общества, поколения, к которому принадлежит субъект жизнедеятельности. История выступает партнером в жизненной драме, она детерминирует исходные условия, макрообстоятельства жизненного пути человека. "Единицей" индивидуальной и общественной истории является событие. Как макроистория на уровне общества, так и микроистория на уровне индивида отражается в различного рода текстах - в письменных документах и преданиях, а также памятниках типа продуктов деятельности, реликвий. Психолог, как историк, изучает тексты, материальные памятники прошлой жизни, чтобы по ним воссоздать историю личности, особенно историю ее души. Поэтому и в методической части биографирование сближается с историческим исследованием.

По своей направленности биографический метод является генетическим, а по организационной форме - лонгитюдным. причем речь не идёт о многолетнем исследовании одних и тех же субъектов, а об охвате длительных периодов жизни за счёт ретроспекции и использования "памятников" прошлой жизни личности, за счет прогнозов и предвидений личности относительного собственного будущего. Лонгитюдность здесь имеет значение темтюральности, т.е. обязательного соотнесения всех биографических данных со временем жизни.

Вследствие указанных свойств биографический метод широко используется для исследований закономерностей развития человека в масштабе индивидуальной жизни от рождения до самой смерти. Становление так называемой всевозрастной психологии не возможно без биографического метода, который в принципе позволяет получить информацию о состоянии развития на всем протяжении жизни человека. Личность развивается в процессах жизнедеятельности, совершая поступки, планируя и осуществляя изменения в собственной жизни и тем самым в собственном развитии. Именно биографический метод помогает раскрыть субъектный характер развития личности, то, кем человек был, что он сделал и кем стал.

Как уже сказано, лонгитюдность биографического метода обеспечивается его значительной ретроспективностью. История жизненного пути - это прошлые события и обстоятельства. Мы можем реконструировать их на основе источников-памятников. Но было бы неверным свести биографическое исследование только к изучению прошедшего времени. Современный биографический метод направлен и в будущее. Субъект жизнедеятельности - изучаемый человек -лает отчет о собственных планах, предвидениях, жизненных ожиданиях, мечтах и т. п., без этой информации биограф не может

понять характер жизненного пути и тенденции развития личности. Полоса жизни, принадлежащая настоящему времени, также R поле зрения биографа, ибо в настоящем формируется будущее, осмысливается и переосмысливается прошлое. Вся жизнь в ее временной целостности является объектом биографического исследования.

Биографический метод отличается от лабораторного эксперимента или теста высокой экологической валидностью, естественностью в том смысле, что он оперирует жизненными показателями - данными, которые взяты из естественного хода жизни, не подверженному специальному исследовательскому влиянию (побочное влияние может иметь место, но оно учитывается как помеха для объективности исследования или как фактор личностного развития, что важно для проведения психокоррекционной работы на основе биографического метода).

Жизненные показатели первостепенно значимы в деле изучения таких сложных структурных образований личности, как талант и характер, поскольку те соотносятся не с лабораторными проявлениями личности, а с ее реальным участием в жизненной борьбе и общественно значимом творчестве.

Естественность, жизненность биографического метода задает его синтетический характер, так как он оперирует крупными, целостными единицами, выражающими личность в целом. Именно эта особенность роднит его с искусством, отсюда же значительная описательность метода. В то же время эту особенность не надо абсолютизировать. Современный биограф анализирует жизнь по измеряемым элементам, а затем проводит синтез на основе концепции жизненного пути.

Объективность интерпретации биографических фактов зависит от истинности и четкости руководящей теории жизненного пути, а ее лучше всего строить на основе фактов. Единство анализа и синтеза - общий логический метод научного исследования, в том числе и биографического.

Соответственно в процедуре биографического исследования сочетаются различные конкретные методы как аналитического, так и синтетического характера и потому метод является комплексным. Биографическое изучение личности обычно трудоемко и длительно, развертывается по этапам, опирается на серию конкретных биографических методик и техник.

Психолог понимает жизненный путь как взаимосвязь внешней и внутренней жизни, объективной и субъективной и уделяет последней не меньше внимания, чем событийной канве биографии. Обнаружение фактов внутренней жизни - переживаний зависит от воли самого субъекта жизни. Только он знает о том, что творится в его душе, каково содержание то переживаний. Только он может

рассказать об этом в своих исповедях, дневниках, личных письмах, создавая биографические тексты на основе самонаблюдения. Такая особенность метода может быть названа интимностью. Ее необходимо учитывать, устанавливая доверительные отношения с изучаемым человеком, побуждая его к самораскрытию, преодолевая естественную "защиту биографии".

Трудности глубинного познания жизни личности велики. Поэтому возникают порой сомнения: а под силу ли это науке? Жан-Поль Сартр отвечал на этот вопрос отрицательно: "В действительности субъективная жизнь, переживаемое, не может быть предметом познания, она принципиально не подвластна познанию... Кьеркегор прав, когда он утверждает, что горе, печаль, потребности, сострадание, человеческие заботы не охватываются познанием реальности..., что определенные области действительно не охватываемы человеческой мыслью" (20, 15). И все же наука дерзает познать и понять личность во всей её полноте, и в этом большие надежды возлагает на биографический метод. Без него не постигнуть самого существенного в личности, и психология останется безжизненной, далекой от страдающего, борющегося и самоутверждающегося человека.

Итак, биографический метод — инструмент научного познания человека. Он может дать жизненные факты, без которых теория личности неполна. Его исследовательский потенциал постоянно растет благодаря усилиям психологов-биографистов* и других ученых. Но есть и прикладные цели применения этого метода. Он используется как диагностический инструмент в работе с кадрами (личные биографические анкеты, опросники), при обследовании пациентов (анамнез), психологической экспертизе в судебной, педагогической практике.

Наконец, биография так или иначе кладётся в основу психологической помощи личности. На биографической основе возможна психоконсультационная работа, направленная на совершенствование личности через оптимизацию её субъективной картины жизненного пути и самой жизнедеятельности в социальном пространстве и времени.

Представления о закономерностях прохождения жизненного пути R определённом историческом времени служат для личности ориентирами в жизни, чтобы лучше удалось реализовать и развить свои потенциалы, получить подлинное удовлетворение от процесса и результатов жизни. Иначе говоря, анализ биографии сквозь призму теоретической модели оптимального жизненного пути, помогает личности управлять своим развитием. В практическом плане психологи-биографисты накопили опыт создания своеобразного биографического тренинга и отдельных психотехник, повышающих культуру жизни личности (См. гл. 10).

В нашей книге речь будет идти обо всех трёх сферах применения и развития биографического метода исследовательском, прикладном и практическом. Но главное внимание мы уделяем теории метода, полагая, что она определяет успех в конкретном его использовании в целях психологического познания, диагностики и помощи личности. Причем теория стоится на базе представлений об индивидуальном жизненном пути, и процедура биографического метода раскрывается в процессе монографического исследования личности.

Глава 2
ИСТОРИЯ БИОГРАФИЧЕСКОГО МЕТОДА В ГУМАНИТАРНЫХ НАУКАХ

Биографический метод составляет особое направление гуманитарного знания. Вильгельм Дильтей считал биографический метод высшей и основной формой гуманитарного исследования . Его зачатки обнаруживаются еще в Древнем Египте. Издавна объектами биографии являлись выдающиеся люди. В античном мире созданы известные "Жизнеописания двенадцати цезарей" Светония, жизнеописания Плутарха.

В Средневековье была написана "Исповедь" философа-богослова IV века н.э. Августина Блаженного, распространился жанр, который назывался жития святых. Так, в XIII веке кардинал Бонавентура создал "Житие Франциска Ассизского", а на Руси были написаны подобные произведения о подвижниках православия. Житийная литература имела нравственный посыл и служила просвещению и воспитанию народа. Известны автобиографии эпохи Возрождения (Б.Челлини), эпохи Просвещения ("Исповедь" Жан-Жака Руссо). В русской биографической литературе жизнеописание помещика Андрея Тимофеевича Болотова (XVIII в.), мемуары декабристов, опубликованные дневники русской художницы Марии Башкирцевой (XIX в.) и многие другие. Подобные произведения одновременно являют собой жанр литературы, истории и психологии.

В XIX веке наряду с мемуарной литературой появились аналитические произведения на основе биографических материалов в целях литературоведения, исторического исследования, психологического познания.

Биография как метод и жанр исторической науки

Для исторической науки личность интересна как действующее лицо в исторической драме. Её оценивают по степени и характеру влияния на исторический процесс. На первый план выступает общественная деятельность героя, а факты частной жизни рассматриваются как случайные, не имеющие большого значения для истории.

В марксистской исторической науке всегда шла борьба против психологизации истории, за материалистическое понимание истории, изучение объективных закономерностей исторического процесса в соответствии с теорией общественно-экономических формаций, непреложно сменяющих одна другую. Биографический метод как жанр исторической науки подвергался критики со стороны, ученых-марксистов за привнесение излишнего субъективизма в историческое исследование, за чрезмерное, как считалось, акцентирование роли великих личностей в историческом процессе, за психологизацию истории и недостаточное внимание к объективным факторам исторического развития. В советской исторической науке всегда утверждался примат объективных факторов исторического процесса. Личность и жизненный путь выдающихся людей изучались не в целях причинного объяснения истории, а для обогащения представлений об эпохе и конкретных ее событиях.

Тем не менее, в СССР в 60-70-е годы возродился союз истории с психологией, имевший место в дореволюционной науке. Советские историки стали более интенсивно использовать информаиию, содержащуюся в личных, т.е. биографических документах (1, 2, 3). В настоящее время этот союз привёл к развитию исторической психологии, в русле которой выполнены диссертации и написаны первые отечественные книги (4, 5).

За рубежом возникла и получает известное развитие так называемая психоистория (6), которая уделяет самое серьёзное внимание психологическим факторам. Вопросы воспитания детей, половых отношений, питания, бытовых привычек людей разных эпох входят на равных в предмет исторического исследования. Нарастает тенденция психологизма или, точнее,

антропологизма в историческом познании, интерес к малой истории частной жизни людей. История предстает как полнокровная жизнь людей, кипение человеческих страстей и череда личностных поступков. Поэтому внимание к биографии как жанру исторического исследования не угасает, а напротив, растёт.

Историческая наука издавна обращалась к личностям наиболее влиятельных персонажей истории и прибегала к биографическому методу, исследуя прошлое как результат деяний великих личностей. В жанре исторической биографии работал английский историк и философ XIX века Томас Карлейль. В отечественной науке прославился в биографическом жанре академик Е.В.Тарле (известны его книги "Наполеон" "Талейран"). Мастером исторического портрета был советский историк А.З.Манфред, исследователь Великой Французской революции, написавший книги "Наполеон Бонапарт", "Три портрета". В наши дни немалую похгулярность приобрел Д.Н.Волкогонов благодаря его историко-биографическим очеркам и книгам о политических деятелях России-СССР.

Высокую оценку получает биография как жанр историко-научного исследования, в частности, в области истории философии (7). В этом жанре созданы яркие книги философов о философах, например, о И.Канте, М.Бакунине, Г.Гегеле, Г.Лейбнице. Значительным явлением стала философская? автобиография Н.А. Бердяева.

Личные документы являются главными письменными источниками при изучении биографий выдающихся исторических личностей. Современный психолог-биографист может поучиться у историков приемам работы с текстовыми и вещественными источниками информации о былом. В историческом источниковедении разработаны классификации мемуарных документов, методы критики источников, текстологического анализа (так называемые внешняя **и** внутренняя критика). Историки умеют собирать и обрабатывать архивы, и их опыт полезно перенять для психологического биоцэафического исследования.

В исторической науке выделяют разные формы мемуарных источников: воспоминания о жизненном пути в целом (жизнеописания), воспоминания об отдельном периоде жизни, дневники и записи по свежим следам событий, литературная запись - произведение, написанное писателем (журналистом) по воспоминаниям и письменным документам участника событий от его имени. К мемуарным источникам относятся письма, воспоминания о современниках, некрологи и т.д.

Для работы с мемуарами историки предлагаются следующие операции, позволяющие повысить достоверность, извлекаемой из них информации:

1) разделение мемуаров на эпизоды;
2) анализ эпизодов (определение их структуры, разновидности сведений, круга участников);
3) выявление пробелов в воспоминаниях;
4) изучение логики повествования (есть или нет противоречия между отдельными высказываниями автора);
5) текстологический анализ, который необходим для выделения устойчивого содержания разных вариантов мемуаров,
6) сравнение данных с информацией из мемуаров других авторов (8).

Сведения о личности автора мемуаров имеют для историка вспомогательное значение как условие критического анализа данных.При этом учитывают компетентность, мотивацию, эрудицию мемуариста, чтобы более объективно интерпретировать его воспоминания.

Теоретические вопросы методологии истории, такие как определение понятий "исторический процесс", "событие", "исторический факт", познаваемость прошлого и объективные критерии истины, специфика исторического познания имеют близкое

отношение к разработке теоретических основ биографического метода. Чтобы психолог мог изучить личность по фактам её жизненного пути, надо сначала восстановить картину жизни, прошлое этой личности. Поэтому творческое применение принципов исторического исследования (воспроизведение исторической действительности во всей '^конкретности и неповторимости, отбор фактов, пропорциональность в описании отдельных периодов, учёт субъективного аспекта событий) - необходимое условие психологического биографического исследования. В исторической науки остаётся неопределённость понимания главного исторического явления — события. Но тем не менее здесь есть ценные идеи и представления о природе события, его структуре , что важно знать для психолога-биографиста. (Этим вопросам посвящен один из номеров журнала "Мир психологии" (9)).

Биографические исследования в литературоведении

В литературоведении и искусствоведении в целом существует непреходящий интерес к личности художника и его жизни. Понять художественное произведение невозможно без знания исторического контекста, времени, в котором жил и творил автор. Именно через биографию исследователь проникает в атмосферу эпохи создания произведений.

Глубокие мысли о биографии как культурном феномене в литературоведении высказал Г.Винокур в старой, но не устаревшей книге "Биография и культура" (10). В частности, он обратил внимание на роль литературных произведений в программировании поведения личности на жизненном пути, на то, что у некоторых образованных людей существует закономерная стилизация жизни в соответствии с литературными образцами.

В литературоведении одним из первых , кто использовал биографический метод, называют французского критика, литератора Сент-Бёва (XIX век), который рассматривал литературное произведение как отражение личности его автора. Критические выступления Сент-Бёва представляли собой литературные портреты писателей, биографии в миниатюре (отношения писателя с современниками, его культурная среда, образ повседневной жизни). Современные литературоведы отмечают узость и ограниченность такого подхода, при котором в тени остаются сами литературные произведения. Однако принцип связи творческого продукта с биографией писателя признается верным.

Писатель выражает насущные запросы, проблемы, идеи своего времени, использует художественный опыт предшественников. Игнорирование этой стороны детерминации творчества приводило, как это было в СССР в 20-е годы, к попыткам социологизировать до конца литературный процесс, что выразилось в концепции "искусства

без имен". О.М.Брик тогда считал , что "нет поэтов и литераторов - есть поэзия и литература... Не будь Пушкина, "Евгений Онегин" всё равно бы был написан" (11).

Есть и другая крайность, когда отрицается связь литературного творчества с объективной действительностью, литература представляется как спонтанное самовыражение писатели, не связанное ни с запросами своего времени, ни с объективным ходом развития художественных форм. Эта тенденция усилилась под влиянием психоанализа. Психоанализ искал связи между сюжетами книг писателя и перипетиями его жизненного пути, найти истоки его творчества в раннем детстве и сексуальном опыте (известны психоаналитические биографии Леонардо да Винчи, Н.В.Гоголя, Ф.М.Достоевского). Но психологизация искусства у фрейдистов оборачивалась отрицанием творческой индивидуальности, поскольку всё объяснялось одними и теми же неизменными причинами - Эдиповым комплексом, садо-мазохизмом, ранними психологическими травмами.

В действительности художественное творчество больше, чем какое-нибудь другое, дает простор для воплощения индивидуальности автора. Творческая история произведения соотносится с биографией автора, поэтому биографические исследования - важный раздел литературоведения. Изучение биографии помогает уловить органическое единство человека и художника и таким образом глубже понять само произведение. Личностный фактор художественного творчества неустраним в принципе, он присутствует не только в самом процессе создания произведения, но и в готовом продукте -романе, поэме, картине в форме индивидуального стиля, личного жизненного опыта, переплавленного в процессе художественного труда. Все это выражается в понятии творческая индивидуальность".

Личностный, а значит и биоцэафический подход к творчеству писателя свойственен современному литературоведению. Прекрасные образцы литературоведческой биографии дает современная отечественная гуманитаристика. Это биографические романы-исследования Бориса Бурсова о Пушкине и Достоевском, работы Юрия Лотмана о Пушкине, Бориса Соловьева о Блоке и многие другие.

Как в истории, так и в литературоведении биографический метод обращён к жизни выдающихся людей. Методическая сторона биографирования здесь тоже родственна историческому источниковедению. Описаны разные виды личных документов, раскрыто их значение для литературоведения, определены правила работы с личными документами и написания биографии.

Техника личных документов разрабатывается не только в связи с биографическим исследованием, но и в целях проникновения в

творческую лабораторию писателя, Воссоздание картины творческого процесса опирается на такие документы, как письма, дневники, записные книжки, свидетельства окружающих.

Метод личных документов в социологии

Биографический метод (часто его здесь называют методом личных документов) используется в социологии. До недавнего времени он занимал здесь скромное место, но в уже в 80-90-х годах XX в. появляются публикации, которые уделяют ему значительное внимание и предсказывают большое будущее в связи с интересом социологов к обыденной жизни на уровне личности (12). С помощью биографического метода в социологии изучают социальную обусловленность жизненного пути, коллективное историческое сознание, как происходит социализация и интернализация культуры. Для социологии важна не личность участника социального процесса, а социальная типичность её реакций и акций. Социология на основе многих личных документов делает социологические выводы о социальной ситуации, общественном мнении, положении и образе жизни отдельных слоев и групп в обществе, как писал Я.Щепаньский, метод личных документов -"способ исследования, когда обобщаются высказывания людей об их участии в событиях" (13, 553). Очень широкое определение

дает В.А. Ядов: личные документы - это те, которые относятся к определенному лицу. Это могут быть анкеты, библиотечные формуляры, заявления, характеристики, выданные третьим лицом, но также письма, дневники, воспоминания (14, 119).

К личным документам в узком и более точном смысле слова относят спонтанные, написанные от первого лица по инициативе самого автора, документы. В них содержатся его живые свидетельства о событиях и переживаниях. В таком случае протокол интервью уже не считается личным документом, поскольку в нем активную роль играет исследователь. Зато к личным документам по принятой логике относят художественную и проективную продукцию (свободные ассоциации, фантазии), которая выявляет внутренний мир автора. Во всех определениях личных документов присутствуют такие виды как дневники, личные письма, воспоминания, автобиографии. Самое характерное для них то, что в них повествуется о лично пережитом.

Как и в каких целях используют личные документы социологи? Спонтанные личные документы предоставляют им исходный материал для подхода к новой проблеме, для постановки гипотез, определения значимых переменных, т.е. они особенно ценны на первом этапе исследования. Далее личные документы позволяют углубить знание о социальных явлениях за счет освещения субъективной их стороны. Эти источники могут быть особо ценными в

том случае, когда нет других. С их помощью можно проверить гипотезу, возникшую на другом эмпирическом материале. Часто жизненные описания используются в качестве иллюстрации теоретических положений. При соотнесении биографического материала с данными других методов усиливается их взаимообоснованность и, следовательно, достоверность (15).

Методологи отмечали особенности биографического метода, то, что он отражает сложность и вариативность социальной Действительности, открывает процессы в социальной группе, недоступные постороннему наблюдателю, выявляет процессуальность социальной жизни. Вместе с тем высказаны сомнения в его надёжности и достоверности. В нём много от Журналистики, та же описательность, наличие субъективного материала, неизбежны субъективные искажения в рассказах субъектов о себе и событиях. Но эти и другие недостатки - продолжение достоинств метода и они могут быть сглажены специальными приёмами обработки и интерпретации. В методологическом плане социологи обобщили опыт биографических исследований и пришли к следующим выводам и рекомендациям:

1) надежность и достоверность, полнота автобиографических материалов выше, когда содержание личного документа ограничено определенной темой;

2) люди с большей охотой сообщают о себе, чем рассказывают об окружающих, поэтому надо учитывать и использовать этот эгоцентризм;

3) даже образованным людям трудно всесторонне осветить события, свидетелями которых они были. Надо проверять излагаемые ими факты;

4) надежность личных документов или степень доверия к ним определяются по отношению автора к описываемым событиям. Например, доверие повышается, когда истина безразлична для свидетеля, когда он не задумываясь, дает показания, когда он рассказывает о том, что противоположно его собственным предположениям и т.д.

Надёжность интерпретации личных документов повышается, если провести сравнение оценок нескольких компетентных судей. Коэффициент согласованности оценок и служит показателем надёжности. Валидность личных документов определяется по согласованности их сведений с данными других методов, например, тестов. Эти и подобные рекомендации носят эмпирический характер и служат повышению научности метода личных документов.

Одними из первых к методу личных документов обратились американские социологи В.Томас и Ф.Знанецкий. Они собрали личные документы (764 письма) польских крестьян, иммигрировавших в США в начале века. На этой и другой

фактологической основе они делали выводы об изменениях их аттитюдов (16). Именно эти исследователи поставили на повестку дня задачу сделать биографический метод точным, добиться, чтобы он отвечал требованиям репрезентативности. надежности, валидности.

Клиффорд Р. Шоу (Show C.R. , США), изучая преступность, извлекал жизненные истории малолетних преступников из судебных дел. Дополнительно он опрашивал правонарушителей под видом юриста и таким образом смог придти к выводам о характере преступной личности и факторах ее формирования

Известно исследование Р.Анджела (R.Angell) о периоде экономической депрессии 30-х годов в США. По его заданию 50 человек, переживших этот период американской истории, составили жизнеописание по заданной схеме (18).

В современной социологии появляются новые и новые работы, выполненные с использованием биографического метода. Так, В.И.Морозов написал диссертацию "Социологическое исследование закономерностей формирования жизненного пути спортсмена". Эстонские социологи изучали жизненные планы молодёжи. Вариант биографического интервью под названием аксиобиографическая методика предложил социолог АП.Вардомацкий (19).

Заслуживает особого упоминания опыт сбора и анализа массы личных документов граждан Польши, начиная с 1921 года. В этой стране биографические занятия стали культурным движением. В Польше принято проводить конкурсы автобиографических сочинений. Объявление о конкурсе составляется таким образом, чтобы дать инструкцию, побудить к участию в конкурсе и в то же время не навязать схему и характер изложения.

Ян Щепаньский приводит 7 правил, которые надо иметь в виду при организации конкурсов личных документов:

1) необходимо знать группу населения, к которой обращено объявление;

2) разъяснить цели конкурса;

3) дать точную инструкцию о проблематике и последовательности изложения автобиографии;

4) не навязывать жесткую схему изложения;

5) составить текст объявления общедоступным языком;

6)создать определённую мотивацию у потенциальных участников конкурса, например, апеллируя к чувству патриотизма;

7) установить заранее размер вознаграждения (13).

В Болгарии во второй половине 90-х годов XX в. Институт социальных ценностей и структур "Иван Хаджийский" приступил к созданию архива "Народная память", для которого собираются личные дневники болгар, отражающих их жизнь, эпоху социализма. В содержании дневников выделяют личные мнения и оценки близких

людей, фиксацию ежедневных событий, описание профессиональной деятельности и взаимоотношений, наблюдения и оценки событий общественно политической жизни, сведения и оценки о событиях в населенном пункте, где жил автор. Нам известно, что учёные Института социологии Российской академии наук также коллекционировали личные документы современников, что послужили исследованию и пониманию сложных процессов в обществе переходного периода.

Глава 3
ИСТОРИЯ БИОГРАФИЧЕСКОГО МЕТОДА В ПСИХОЛОГИИ

Трудно установить, кто был первым в биографическом жанре в психологии. Обычно у его истоков отмечают книгу Дитриха Тидемана 1787 года "Наблюдения над развитием душевных способностей ребенка". Ч.Дарвин проводил биографические наблюдения над развитием ребенка. По-своему обращался к биографическому методу З.Фрейд, для которого воспоминания пациентов о прошлой жизни и особенно детских впечатлениях были главным материалом психоанализа. Эта особенность дала основание считать, что "биографическая реконструкция есть изначальная цель психоаналитического процесса, и психоанализ как генетическая психология есть по существу наука биографии" (1, 26). Как уже отмечалось, психоаналитические биографии стали весьма распространенным явлением. В психоана- литическом ключе созданы биографии М.Ганди, М.Лютера, В.Вильсона и других деятелей политики и культуры XX века и более давних времен. Интерпретационные схемы психоанализа в более или менее модифицированной форме применяются не только фрейдистами, но и психологами других направлений.

Биографический метод, претендующий на проникновения во внутренний мир индивидуальности, использующий жизненные данные о развитии личности в макро- и микросоциальных ситуациях, привлёк к себе внимание гуманистических психологов, многие из которых внесли значительный вклад в его развитие и популяризацию.

В России - СССР биографический метод также имеет свою многолетнюю историю, своих горячих сторонников и разработчиков. Этот метод , однако, долгое время находился на обочине научного развития и использовался лишь как вспомогательный, иллюстративный.

Интерес к биографическому методу и , главное, к проблемам жизненного пути проявляли С.Л.Рубинштейна и Б.Г.Ананьева ещё в середине тридцатых годов. У первого это связано было с размышлениями над общетеоретическими проблемами личности и её самосознания. У Ананьева проблемы жизненного пути актуализировались в связи с эмпирико-теоретическим исследованием

развития характера. Характер рассматривался им как фактор и эффект жизненного пути.

Начиная с 60-70-х годов, биографический метод в СССР и других странах активно развивается и утверждается на равных среди методов психологии.

Н.А. Рыбников — энтузиаст биографического метода

Ценность биографического метода для психологии первым в России доказывал психолог Николай Александрович Рыбников (1880-1960), который был активным пропагандистом биографического метода во различных областях психологии.

Еще в 1917 году вышла статья Н.А.Рыбникова "Биографический метод в психологии" (2), в которой он наметил основные направления его использования и формы. Ему принадлежит идея и первый опыт создания Биографического института, в котором коллекционировались, изучались личные документы простых людей как свидетельства истории и уникальные источники психологического познания (3). В последующие 10-15 лет он написал большое количество работ, специально посвящённых биографическому методу. Он сделал попытку изучения автобиографий в целях психологии характера, которая, правда, свелась к анализу мало содержательных в психологическом отношении автобиографий рабочих (4).

Н.А. Рыбников изучал детей и подростков с помощью биографического метода, собирал дневники родителей и другие личные документы, которые так и остались почти не разработанными, написал историю собственного рода. Он известен как педагогический психолог. К сожалению, биографические идеи Н.А. Рыбникова не получили в то время поддержки и не привлекли последователей, и в целом судьба биографического метода в советской психологии не была благоприятной.

Шарлотта Бюлер — основатель психологии жизненного пути

В истории биографического метода исключительное место занимает Шарлотта Бюлер - австрийский и американский психолог, исследователь и психотерапевт, одна из основателей гуманистической психологии. Она создала цельную теорию жизненного пути, вместе с сотрудниками и учениками обнаружила ряд эмпирических закономерностей в нем и существенно обогатила операциональный аппарат биографического метода. История и результаты биографических исследований Ш.Бюлер достойны специального рассмотрения, поскольку они уникальны по своим масштабам и влиянию на генетическую персоналистику, или биографику.

Шарлотта Бюлер (девичья фамилия Малаховски) родилась в

1893 году в Берлине. В юные годы она училась в Берлинском и Мюнхенском университетах. В Мюнхене она училась у Карла Бюлера и вскоре стала его женой. Под влиянием К.Бюлера она сначала занималась психологией мышления, потом детской и юношеской психологией. В этой области она провела серьезные исследования и недаром считается крупным специалистом по детскому развитию. Под ее руководством разработаны методы точного наблюдения за ходом раннего развития, тесты для дошкольников (совместно с Г.Гетцер). Много раз издавалась ее книга "Душевная жизнь юноши".

Но главный интерес Ш.Бюлер заключался в духовности человека - именно в ней она видела уникальную его особенность. Еще будучи молодой романтичной девушкой, она задумывалась над вопросами бытия и идеальной сущности человека. Тайна жизненного пути человека волновала и в конце концов подвигнула на грандиозный замысел - эмпирически изучить закономерности жизненного пути и роль духовной структуры человека в построении им собственной судьбы. Основные инструментом в реализации исследовательского проекта стал биографический метод.

Суть исследований Ш.Бюлер отражена в названии ее книги. изданной Шарлоттой Бюлер в 1933 году в Лейпциге. Книга "Жизненный путь человека как психологическая проблема" (7) написана на основе массы биографического материала, собранного психологами Венского психологического института на рубеже 20-30-х годов под руководством Ш.Бюлер. Венские психологи, среди них Э.Френкель, Э.Брунсвик, П.Гофштэттер, Л.Шенк-Данцигер, собирали и обрабатывали дневники, письма, проводили биографические интервью, анализировали множество опубликованных биографий и постепенно обнаружили целый ряд закономерностей жизненного пути.

Анализ жизни производился по трем параметрам: объективные события жизни, творческие достижения (продуктивность), состояния внутреннего мира - типичные для определенного возраста переживания. Все это соотносилось с обобщенным биологическим статусом организма на разных фазах развития, с так называемой жизненной кривой (Lebenskurve).

Аналогично фазам органического развития, онтогенеза, в исследованиях под руководством Ш.Бюлер наметились пять фаз жизненного пути. В основу периодизации жизни Бюлер кладет особую структуру самосознания, которую называет самоопределением (Selbstbestimmung). Наличие строго определенных фаз жизни одна из найденных в Венском институте психологии закономерностей. Эту и другие закономерности Ш.Бюлер трактовала с позиций собственной теории жизненного пути. Сама же теория складывалась в процессе эмпирических биографических исследований и потому была не умозрительной, а хорошо обоснованной.

Жизнь человека рассматривается Ш.Бюлер в свете ее итогов, как

реализация внутренней сути личности, ее интенционального ядра Selbst ("самость"). Это духовное образование, имманентное человеку. Главной силой психического развития является врожденное стремление человека осуществить себя. Правда, плохое воспитание может извратить или подавить его, тогда мы имеем дело с неврозами. Как пишет Ш.Бюлер, "самость" представляет собой интенциональность или целенаправленность всей личности. Эта целенаправленность ориентирована на исполненность лучших потенциалов, исполненность экзистенции человека" (8, 99).

Исполненность достигается по мере осуществлений (Verwirklichimg) человека в профессии, общении, борьбе за идеалы. Понятие самоосуществления близко к понятию самоактуализации А.Маслоу, но Ш. Бюлер их различает. Самоосуществление — это "итог жизни или фазы жизни, когда ценности и цели, к которым стремился человек, осознанно или неосознанно, получили адекватную реализацию" (9, 753). Но вместе с тем она рассматривает самоосуществление и как процесс, который в разные возрасты выступает то как хорошее самочувствие, то как переживание завершение детства, то как самореализация (в зрелости), то как исиолненность (в старости).

Бюлер доказывает, что полнота самоосуществления зависит от способности личности ставить такие цели, которые наиболее адекватны ее внутренней сути. Эта способность есть самоопределение (Selbstbestimmung). Основное русло, в котором происходит самоопределение есть "тема бытия" (Daseinthema). Самоопределение связано с интеллектуальной развитостью личности, поскольку интеллект дает глубину понимания человеком собственных потенциалов и устремлений. Чем яснее человеку его призвание, чем отчетливее самоопределение, тем вероятнее самоосуществление. Хотя оно, конечно, во многом зависит от социальной среды, способствующей или, что чаще бывает, препятствующей самореализации личности.

В первой фазе жизни (до 16-20 лет) отсутствует, как считала Бюлер, самоопределение. Во второй фазе (с 16-20 до 25-30 лет) человек пробует себя в разных профессиях, занятиях, заводит знакомства в поисках спутника жизни. Эти пробы уже указывают на функционирование самоопределения, но оно носит диффузный характер. Третья фаза (25-30 - 45-50 лет) наступает, когда человек находит свое призвание или просто постоянное занятие, ставит конкретные цели и добывается результатов. У него уже есть более или менее устойчивое положение в обществе, образовался круг друзей, сложилась своя семья. Это фаза спецификации самоопределения, совпадающая с годами расцвета человека. Стареющий человек в четвертой фазе (45-50 - 65-70 лет) переживает трудности в связи с биологическим увяданием, выходом на пенсию,

сокращением будущего времени жизни. В конце этой фазы для большинства завершается путь к самоосуществлению, перестает функционировать самоопределение. В пятой фазе старик влачит бесцельное существование, живет прошлым, поэтому Ш.Бюлер даже не причисляет последний этап жизни к собственно жизненному пути. Жизнь кончается раньше наступления смерти. Но есть возможность оставаться психологически живым до самой смерти. Изучая выдающихся стариков, активных и после 90 лет, Бюлер приходит к идее о типах развития и объясняет их соотношением витальных и ментальных стремлений человека. Отмечается рост альтруистических мотивов у пожилых людей с преобладанием ментальных потребностей.

В 1940 году, как многие европейские ученые, Ш.Бюлер вынуждена эмигрировать в США, чтобы спастись от войны. Поэтому она уже не могла продолжить биографические исследования, начатые в Вене. Во время второй мировой войны погибли архивы Венского психологического института, его сотрудники покинули Австрию или погибли. Однако, став американкой, Ш.Бюлер не прекращала работу над теорией жизненного пути и много почерпнула для нее из психотерапевтической практики. Она пришла к выводу о существовании базальных тенденций (потребностей) личности: ими являются потребность в физическом и психическом благополучии, потребность в адаптации, в творчестве, во внутреннем порядке. Эти тенденции проявляют себя в разных формах в зависимости от возраста. У каждого человека доминируют те или иные тенденции, но лучше, когда все из них удовлетворяются в процессе жизнедеятельности.

Как считала Ш.Бюлер, невротическая личность страдает от того, что не может понять себя, не умеет ставить адекватные "самости" цели и достигать их. Оздоровление личности идет через осмысление ею своей жизни и определения целей. В этом человеку помогает гуманистически ориентированная психология.

Шарлотта Бюлер явилась одним из основателей гуманистш ческой психологии. В 1970 году ее избрали президентом Ассоциации гуманистических психологов. Умерла в Калифорнии в 1974 году.

Биографический метод в исследованиях Г.Олпорта

Гордон Олпорт (1897-1967) внёс большой вклад в становлений биографического метода как инструмента психологическом исследования. В конце 30-х годов вместе со своими сотрудниками он изучал с помощью биографического метода психологические последствия фашистского переворота в Германии. Учёные собрали и подвергли контент-анализу десятки автобиографических сочинений беженцев из фашистской Германии, прибывших в США (10). Исследователи задались вопросом о влиянии катастрофической

социальной ситуации (фашистская диктатура) на развитие личности. В условиях попрания демократии, в атмосфере насилия личность претерпевала серьезные изменения. Возникало чувство подавленности, страха перед социальной угрозой, нарушались прежние привычки, образ жизни.

Исследователи сделали вывод, что эти изменения зависели от тенденций самой личности. Не были обнаружены коренные перевороты во внутренней структуре личности, социальная катастрофа лишь заострила присущие личности тенденции и в большей степени затронула верхние этажи ее структуры - политические взгляды, мировоззрение в целом. Значительно меньше повлияли неблагоприятные исторические обстоятельства на темперамент. В гнетущей социальной ситуации многие снизили уровень притязаний, проявляли конформизм, пытались отгородиться от внешнего социального мира, успокоить себя верой в подпольное движение сопротивления, надеждой на эмиграцию, упорным продолжением привычной деятельности (убежище повседневной рутины). У людей усилились привязанность к домашнему очагу, тяга к религии. Некоторые изливали свой протест против фашистских порядков в форме замещенной агрессии.

В статье 1959 года "Личность: предмет науки или искусства?" Г. Олпорт дал положительную оценку биографическому методу и указал на его незаменимость в области психологии личности. Сравнивая научно-психологическую и художественную биографию, Олпорт указывал на то, что психолог должен и в области исследования жизненного пути личности "руководствоваться требованиям верности фактам, всем фактам; от психолога ожидают, что он может гарантировать, что его факты взяты из проверяемого и контролируемого источника. Он должен доказывать свои выводы шаг за шагом. Его терминология стандартизирована, и он почти полностью лишен возможности использовать красивые метафоры. Эти ограничения содействуют надежности, проверяемости выводов, уменьшают их пристрастность и субъективность" (11, 215).

Большое положительное влияние на развитие биографического метода имела его обобщающая книга о личных документах (12). В ней он подробно проанализировал все заметные публикации о биографическом методе (методе личных документов), описал основные его достоинства и ограничения, наметил пути повышения научности метода по строгим критериям достоверности, надежности и валидности.

Биографический метод в психологии развития

Современная психология индивидуального развития охватывает все возрастные этапы и рассматривает жизненный путь как форму развития личности. Всевозрастная психология была поставлена в

повестку дня науки ещё Н.А. Рыбниковым в 20-е годы. В этой связи он писал о биографическом методе, что он " в первую очередь должен быть использован для изучения возрастных особенностей растущего, зрелого и угасающего человека для целей выяснения диапазона возрастной изменчивости в зависимости от факторов социогенного характера" (13).

В 1957 году Б.Г.Ананьев на новом уровне науки убедительно обосновал всевозрастной подход (14), в котором биографическому методу отводится заметное место, поскольку он позволяет ретроспективно изучать большие промежутки времени жизни.

В возрастной психологии в начале века использовались дневники и другие биографические документы для изучения возрастных особенностей душевного мира юношества. Известны в этом плане работы немецких ученых В.Штерна, Ш.Бюлер (15; 16). К биографическим документам относятся дневники родителей, содержащие наблюдения за развитием детей в семье.

В России в 20-е годы М.М.Рубинштейн разработал методику автобиографических записей. Она представляла собой биографическую анкету, на вопросы которой изучаемые (их было 129) давали развернутые письменные ответы - изложения. Вопросы были поставлены широко, например, "Как вы психически переживали переход от детства к отрочеству?", или "Было ли у вас в ту пору стремление к необычному, к путешествию, к героизму, к приключениям и т.п.?" Чтобы на них ответить, надо было быть довольно развитым человеком из уметь анализировать себя. Качественная обработка полученного автобиографического материала привела к выводам о типичных чертах юношеского характера (17).

Современная психология развития многим обязана германскому психологу, профессору Боннского университета Гансу Томэ. Он провёл многолетний психологический мониторинг личности в Германии, интересуясь механизмами адаптации к меняющимся условиям исторической эпохи, а следовательно, и развития в связи с этими изменениями. Томэ и его сотрудники основали биографически обоснованную когнитивную теорию личности. Используя биографические методы, он установил репертуар поведенческих моделей личности для преодоления трудностей жизни, так называемые техники бытия. Всего их найдено примерно 20-25, например, "установление социальных контактов", "принятие жизненной ситуации по принципу" у других бывает и хуже", "идентификация с целями и судьбами других людей", "надеяться", "корректировать свои ожидания".

Именно биографический подход оказался адекватен решению проблемы, которая занимает Г.Томэ более всего, проблемы

историзма психического развития личности. Поэтому учёный высоко ценит биографический метод и активно использует его в своих исследованиях в течение десятков уже

ЛЕТ. ПО его мнению: "Биографический метод..., который ещё двадцать лет назад выглядел более или менее "экзотическим" разделом психологии личности, сегодня для многих стал незаменимым инструментом..." (18, 3)*.

Биография и характер

Биографический метод в характерологии использовался довольно широко, во-первых, как анализ и математическая обработка жизнеописаний, созданных независимо от психолога в целях выявления общих закономерностей развития характера. Уже в начале XX века появились первые попытки количественных измерений биографической информации в целях характерологии. Так, Г.Гейманс (Германия) обработал опубликованные биографические статьи о великих людей ггутем подсчета определенных высказываний о них, об их личности и таким образом определил характерологические типы (21).

Во-вторых, в целях характерологии психологи используют монографический вариант биографического метода в форме анамнеза или жизненной истории как составной части "случая" (case study).

На биографическом материале построены характерологические исследования В.С.Мерлина, посвященные проблеме жизненного кризиса вследствие тяжелого военного ранения людей - участников Великой Отечественной войны. Жизненные истории были проанализированы с точки зрения роли направленности личности в решении кризисной ситуации и дальнейшему устройству жизни, а следовательно в определении самой личностью хода собственного развития (23).

Анамнез составляется на основе наблюдений и бесед с самим изучаемым и его окружающими. В.Г.Норакидзе проективными и биографическими методами обследовал 225 человек и выявлял типы характера (24).

Б.М.Теплов предпринял характерологический анализа литературных героев "Евгения Онегина", что в принципе на отличается от анализа биографического материала реальных лиц (25). При этом он убедительно раскрыл динамику становления характера Татьяны в результате рокового события — убийства Ленского на дуэли. Намеченные им понятия "уроки жизни" и "испытания" могут занять достойное место в понятийном аппарате биографического метода.

При анализе биографических материалов обращают вниманий на то, каков общественный фон развития, каковы стержневые черты

личности, когда они наметились и изменились.

Очерки характера не только становятся основой для выведения теоретических обобщений, но часто используются как иллюстрация к ним. Их полезно читать для развития способностей к восприятию и пониманию индивидуальности и построения гипотез о закономерностях ее развития.

Биографический метод в психологии научного творчества

Современное науковедение интересуется творческой индивидуальностью учёного и так называемым личностным знанием. Исследователи науки обращаются к биографии ученого, поскольку личностный фактор в научном творчестве признаётся равноправной детерминантой наряду с научно-социальной и предметно-логической (26). Творческая индивидуальность ученого - несомненно реальный факт, достойный специального изучения. Формы ее проявления различны: становление мировоззрения и выбор проблем для исследования под влиянием событий жизни, образ жизни в науке, индивидуальный стиль в изложении своих открытий. В этих и других феноменах проявляется неразрывная связь личной судьбы и научного творчества, целостность личности ученого.

Биографический метод в исследовании учёных и научного творчества стал разрабатываться в СССР в 70-е годы во многом благодаря идеям и исследованиям М.Г.Ярошевского. Под его влиянием написана книга В.П.Карцева "Социальная психология науки и проблемы историко-научных исследований" в которой содержится раздел о биографиях и автобиографиях ученых (27' Особенно ценна коллективная монография "Человек науки (28), которая специально рассматривает вопросы создания биографий учёных как важного раздела науковедения и истории науки.

В психологии к указанной области можно отнести оя эмпирических исследований учёных, выполненньг американскими исследователями. Например, Дж.А.Чемберс (G.A.Chambers) провел биографический опрос по опроснику из 81 пунктов и по 16 из них обнаружил значимые различия между выдающимися и заурядными учёными, по 30 пунктам - между химиками и психологами (29).

Б. Эйдусон (B.Eiduson) провёл интервью с 40 учёными об особенностях их жизненного опыта. Ему Удалось выявить некоторые общие моменты их биографий: раннее обнаружение высокого интеллекта, в детстве они мало увлекались детскими играми, многие пережили период одиночества, ещё в юности они стали жить самостоятельно, рано покинули отчий дом (30\ Американец С.Вишер (Visher S.S.) в 1946 г провел биографический опросник американских ученых с целью определения факторов, влияющих на развитие таланта (29) Известны биографические исследования канадского психолога Х.Лемана, который по биографическим

источникам определял количество научных публикаций по годам жизни и выводил закономерности возрастной динамики творческой продуктивности ученых с учетом их специальности (31).

К биографическому методу можно отнести интервью с выдающимися психологами XX столетия, проведённые и записанные на магнитофон американским исследователем Р.Дж.Ивансом (Evance R.J.)(например, с Э.Фроммом (32))

Научные биографии учёных разных специальностей - постоянный жанр отечественных историко-научных и психологических исследований. На биографическом материале решаются задачи раскрытия закономерностей становления личности ученых,психологии открытия,

социально-психологических факторов научного творчества, творческой индивидуальности человека науки. Эта и другие проблемы лежат на стыке науковедения и психологии и составляют предмет психологического науковедения.

Биографический метод в прикладной психологии

В области производственной психологии вопросы кадровой работы всегда строится на основе биографических данных о личности работников, их прошлой карьере, истории трудовой деятельности и учёбы. Здесь применяют биографические анкеты, беседы, анализ документов.

В медицинской и медико-психологической практике применяется метод анамнеза и собственно биографические методики. За рубежом применяется опросник относительно недавнего жизненного опыта. Шкала содержит перечень из 43 жизненных изменений (или событий) в здоровье, работе, личной жизни, семье, финансовой сфере, желательные и нежелательные, объективные и субъективные. Изучаемые оценивали события в баллах, общая сумма которых служит показателем стрессогенности жизни у больных с различными заболеваниями. Существуют положительные корреляции между интенсивностью и количеством жизненных изменений за год-два до заболевания и её тяжестью. При показатели выше 300 баллов в 70% случаев в последующие годы случались серьёзные заболевания (приводится по (33)).

Основываясь на событийно-биографический подходе, Л.Ф.Бурлачук и Е.Ю.Коржова изучали кардиологических больных и обнаружили искажения их восприятия жизненного пути. Так, у больных с приобретённым пороком сердца отмечается снижение количества событий жизни в структуре их субъективной картины жизненного пути, сужение круга значимых переживаний. Они склонны вспоминать более давние события (уход в прошлое) и мало направлены в будущее. Для больных типично преобладание в сознании событий, связанных со здоровьем. Существуют, как

выяснилось, различия в психологической автобиографии в зависимости от этапа лечения, тяжести заболевания, социальной адаптированности, пола и возраста больных. Эти и другие факты были получены с помощью биографических методик, в том числе "Психологическая автобиография" (34).

Прикладные задачи военной психологии и педагогики решает диссертаиионное исследование Н.И. Конюхова. Автор собрал материал о жизненном пути 500 курсантов военного училища

и выявил типичные для выборки гистограммы распределения вероятности некоторых качеств личности (например, дисциплинированности) в связи с факторами жизненного пути. На этой основе давался прогноз о поведении курсанта, что было важно для профессионального отбора и проведения воспитательной работы (35).

Ещё одно прикладное использование получил биографический метод в юридической психологии и криминологии в целом. Личность преступника изучается здесь с помощью биографического метода (36).

* * *

Подведем итог рассмотрения истории биографического метода. Итак, он существовал и существует в гуманитарных науках и психологии в разных формах - в виде частных методик (биографическая анкета, биографическое интервью, контент-анализ биографических документов). Его используют в номотетическом и идеографическом планах, т. е. для исследования общих закономерностей жизни и развития личности и для изучения индивиуальности конкретного человека (анализ "случаев", написание "жизненной истории" или психобиографии одного человека).

Биографический метод применяется в общей, возрастной, дифференциальной психологии, особенно для изучения характера и таланта, социальной психологии и в прикладных областях (работа с кадрами, персоналом, сбор анамнеза в клинике, изучение личности преступника). Растет интерес к биографическому методу, развиваются его теория и техника.

Глава 4
СТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ КАК СУБЪЕКТ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ

Личность творит свою историю, строит жизнь в предлагаемых и созданных ею обстоятельствах. То, как именно она это делает, зависит от сложившейся её структуры, которая является продуктом развития на жизненном пути. История жизни отпечатывается в структуре личности и её сознании. В первом случае она воплощается в обобщённой форме в свойствах личности, во втором случае — в конкретной форме знаний, усвоенных из культуры, и воспоминаний, так сказать, знаний о прожитом.

Знания — основа сознания и самосознания. Некоторые знания имеют инструментальное значение, т.е. относятся к исполнительской стороне деятельности, другие программирующее значение, направляют деятельность в качестве убеждений, принципов личности, её жизненной философии, мировоззрения.

Но жизненный путь зависит не только от знания, сознания, самосознания, но от личности в целом. Жизненные решения как ответ личности на те или иные обстоятельства и события являются эффектом целостной структуры личности, которая преломляет, опосредствует все внешние воздействия — события и обстоятельства жизни. Инициируемые самой личностью поступки — жизненные выборы в большинстве случаев вполне соответствуют её характеру и общей её структуре, хотя, это надо особо отметить, человек может преодолевать самого себя и совершать поступки осознанно вопреки своему характеру, своей же сложившейся структуре.

Анализ жизненного пути личности опирается на знания общих закономерностей личностного опосредствовании жизненных событий. В психологии существуют многочисленные структурные модели личности, которые однако, имеют определённое сходство. В них отражается иерархичности структуры, наличие более формальных и более содержательных свойств, природно и социально обусловленных. В регуляции жизнедеятельности на жизненном пути они имеют разное значение.

В теории Б.Г.Ананьева, на которой основаны наши представления о жизненном пути и биографическом методе, согласно антропологическому принципу в структуру личности (точнее, индивидуальности) включаются природные и социальные свойства человека. Б.Г.Ананьев выделял, во-первых, свойства индивида и личности, во-вторых, - субъекта и индивидуальности.

Личность и индивид - основные формы существования человека как природного и социального явления. Понятия "индивид" и "личность" не исчерпываются психологическими характеристиками, но включают характеристики других уровней (например, физиологический у индивида социологический у личности). То же самое можно сказать и о субъекте, который является производной от первых двух формой существования человека.

Наиболее интегральным образованием в структуре человека является индивидуальность. Это обуславливает трудности ее изучения. Дело в том, что индивидуальность может быть понята только при знании полного набора основных характеристик и свойств человека как индивида, личности и субъекта. Но индивидуальность не сводится к сумме этих свойств, она предстает как новая полисистема, так как ею интегрируются все три указанные системы свойств. В отношении уровня интеграции понятие индивидуальности

совпадает, по Ананьеву, с понятием структуры личности (не путать со структурой собственно личностных свойств). В структуре личности "пересекаются (обобщаются) важнейшие свойства не только личности, но также индивида и субъекта" (1, 211). Структура личности воплощает статику индивидуальности. Но есть и динамика - внутренняя жизнь, сфера глубоко личностных переживаний, предельно индивидуализированных, уникальных. Не только структура, но и зависящая от неё динамика субъективного мира опосредствует воздействия на человека и детерминирует его поведение. В настоящей главе речь пойдёт о статике индивидуальности, т.е. о её структуре, я её основе лежат исходные природные свойства человека как индивида.

Индивид

Понятие "индивид" имеет в концепции Ананьева смысл природного психофизического существа, особи биологического вида Homo Sapiens. Природные свойства первично детерминированы наследственностью. Вторичная же детерминация складывается из взаимодействия генетической программы с условиями онтогенеза - абиотическими, биотическими и социальными факторами среды. К этим-условиям относится также воспитание и собственная деятельность человека.

Содержание понятия "индивид" раскрывается в ходе структурного анализа. Первый шаг анализа приводит к различению двух классов индивидных характеристик - возрастно-половых и индивидуально-типологических. Возраст индивида - одна из форм биологического времени. Возраст и пол, будучи изначально природными характеристиками, становятся также параметрами личности, факторами её жизненного пути, поскольку социально значимы и учитываются обществом в моральной и правовой регуляции общественной и индивидуальной жизни.

Индивидуально-типологические свойства включают общую конституцию и конституцию мозга. К первой относятся морфологические особенности - габариты и пропорции тела, что оказывается немаловажной предпосылкой некоторых видом деятельности (спортивной, хореографической, например) опосредствованно влияют на формирование характера благодаря участию внешности человека в общении. Значение внешности иногда выходит на судьбоносный уровень в таких профессиях как манекенщица, актриса, диктор телевидения.

Более непосредственное отношение к психологическим особенностям имеют разнообразные формы реактивности организма - биохимическая, связанная с метаболизмом, сердечно-сосудистая, психовегетативная, психомоторная. Любой психический процесс имеет реактивный фон и потому "заземлен" на жизнедеятельность

организма. Реактивность организма лежит в основе восприимчивости человека к внешним воздействиям, в том числе обстоятельствам и событиям жизни. То же можно сказать относительно конституции мозга, особенностей нейродинамики и функциональной его геометрии (билатеральная организация, в частности).

В структуре индивида важное место занимают психофизиологические функции: сенсорно-перцептивные, мнемические, вербально-логические, моторные, тонические, аттенционные. Все вместе они образуют как бы второй "слой" индивидной структуры, которая завершается задатками, темпераментом и органическими потребностями. Причём, задатки служат исходным материалом способностей, органические потребности — предшественники направленности личности, темперамент служит природной основой характера. В целом индивид рассматривается Б.Г. Ананьевым как "сырье" для строительства личности.

Личность

И узком смысле слова, личность характеризуется социальными и психосоциальными свойствами. "Для человека как личности существенными могут считаться лишь те характеристики, которые связаны с развитием общества, особенно с производством его материальной жизни, и выполняют, следственно, определенную социальную функцию" (2. 179).

Психология личности раскрывается только в связи "с повременным для данного общества и народа укладом жизни, с историей общественного развития, особенно с историей культурного, политического и правового развития, определившей становление современного образа жизни" (3, 107).

"...Личность всегда конкретно-исторична, она - продукт своей эпохи и жизни страны, современник и участник событий,

составляющих вехи истории общества и ее собственного жизненного пути" (3, 276-277).

В структуре собственно-личностных характеристик и свойств исходными являются объективный статус личности и социальные функции-роли. Функциональная заданность личности делает ее "функционером" общества, группы. Поведение "функционера" в целом и в отдельном своем акте (действии) осуществляется в соответствии с ролью человека в данной системе отношений, опосредствующих деятельность с процедурами поведения, предписываемыми этой ролью, -общественной функцией человека в данной ситуации" (3, 287). В этом качестве личность скорее объект, чем субъект, она конформна, зависима, не вполне самостоятельна, иначе говоря она социальный индивид, а не индивидуальность.

Но это лишь один полюс континуума существования личности. Человек осуществляет социальные функции по-разному в зависимости от степени их осознания и отношения к ним. Личность может воспротивиться предписаниям, направляя свою деятельность на преобразование статуса и всей системы ролей. Она не только функционер, но и субъект социального поведения, деятель, борец. Опираясь на социологический анализ статуса, функций-ролей, а также социально-типичных ценностных ориентации, Ананьев обращается к системе внутренних субъективных отношений и мотиваций личности. Они составляют вторичный, психосоциальный, класс личностных свойств.

Мотивация - центральный "блок" в структуре собственно личностных психосоциальных свойств. В мотивах социального поведения актуализируется направленность личности.

Система личностных свойств завершается характером. "Статус и социальные функции-роли, мотивация поведения и ценностные ориентации, структура и динамика отношений -все это характеристики личности, определяющие ее мировоззрение, жизненную направленность, общественное поведение, основные тенденции развития. Совокупность таких свойств и составляет характер, как систему свойств личности, ее субъективных отношений к обществу, другим людям, деятельности, самой себе, постоянно реализующихся в общественном поведении, закрепленных в образе жизни...

Структурной интеграцией отношений является именно характер личности..." **(**1**,** 259, 260).

С образованием характера связана самобытность человека, самостоятельность его общественного поведения. Наличие зрелого характера указывает на то, что личность уже много больше, чем социальный индивид, она - самобытная индивидуальность.

Генетическим источником характера является темперамент, но не он определяет содержание и сущность характера. Последние связаны с жизненной направленностью (идейностью, мировоззрением) личности, зависящей от ее общественных отношений. Темперамент в структуре характера становится его динамической, формальной стороной и теряет самостоятельное значение в регуляции поведения личности.

В формировании направленности и характера первостепенную роль играет непосредственные отношения ребёнка к окружающим людям. Для него важнее не социальные отношения в макросоциологическом смысле, а зависящие от них межличностные отношения в контактных группах микросреды (школьник-учитель, школьник-одноклассники, родители и пр.). На этой основе вырастают коммуникативные черты, формируется тип общительности (широта, избирательность, интенсивность, мотивированность общения).

Вместе с тем практика взаимодействия и сооценки людей формирует у них самооценку и весь комплекс отношений к себе, закреплённых в рефлексивных чертах характера.

Характер образуется при закреплении в образе жизни индивидуального стиля общения, познания и труда, социального поведения и внутренней жизни личности (поэтому можно вслед за Бюффоном сказать " человек — это стиль"). С точки зрения укоренённости черт характера, их тенденции к обязательной актуализации в соответствующей ситуации они являются своеобразными привычками. Иначе говоря, та или иная черта характера - это своего рода привычка думать, чувствовать и поступать в определенных обстоятельствах характерным образом. Поэтому в деле формирования характера так важен педагогический метод приучения ребёнка к образцовому поведению на основе нравственных мотивов, а для зрелого человека - неуклонность следования в своём поведении нравственным принципам.

Характер завершает систему собственно личностных свойств и как бы представляет их в общей структуре личности (точнее индивидуальности).

Субъект

Структура субъекта интегрирует свойства индивида и личности. Но субъект вовсе не сводится к сумме индивида и личности - это новое качество человека. Чтобы раскрыть суть этого качества, Ананьев развел близкие понятия "личность" и "субъект": "Оба эти определения человека взаимосвязаны в такой мере, что субъект - общественное образование, а личность образуется и развивается посредством определенных деятельностей в обществе... Сложнейшая целостная структура человека как субъекта раскрывается лишь на социальном уровне развития человека как личности" (1, 243-244). Формой существования и способом развития личности является социальное поведение, а субъекта - деятельность. Субъект не тождественен личности потому, что "...сама деятельность (труд и т.д.) с ее предметом, орудием и операциональной техникой и субъект деятельности с его сенсомоторным, речемыслительным и знаковым аппаратом не сводятся к общественным отношениям, совокупность которых составляет сущность личности" (3, 87).

Субъект - познающее и сознательно действующее материальное существо. Свойства субъекта (субъектные) не сводятся к субъективным. К внешней структуре субъекта относятся такие не субъективные явления, как предмет деятельности, средства (орудия и знаки) и способы действий с ними (операции), наконец, продукты и производительность деятельности.

Внутренней структурой субъекта, в которой обобщаются свойства личности индивида, являются психофизиологические и

психосоциальные свойства человека, определяющие его готовность к выполнению разных видов деятельности на возможный уровень продуктивности. Поэтому их можно отнес: к потенциалам, ресурсам человека. Потенциалы су§$_{ъек}$ иерархически, субординационно организованы. Но есть координационные отношения между классами ресурсов резервов человека. Причем все потенциалы представляют$_{С}$обо синтез различных сторон природы человека.

Исходные, первичные потенции субъекта кроются в само жизнедеятельности индивида – его жизнеспособности Жизнеспособность – эффект структуры индивида является природным основанием для развития всех других потенщалов. В определенном отношении жизнеспособность – это готовность всего организма и особенно мозга к эффективному функционированию. Иначе говоря, жизнеспособность – это психофизическое здоровье человека, характеристика субъект, на уровне индивида. На уровне личности образуете; трудоспособность "как синтез функциональной работоспособности организма и его приспособленности к определенным условиям работы и профессии" (1, 179) "Реализация жизнеспособности человеческого организма к трудовой деятельности и является исходным компонентом общей трудоспособности человека" (4, 47).

Общая трудоспособность формируется до начала профессиональной деятельности, в самообслуживании, а затем Развивается вместе с профессиональной трудоспособностью и не исчерпывается с ее прекращением. Она имеет исторический характер и зависит от социальной системы трудового воспитания, от накопления жизненного и профессионального опыта, в частности, знаний, умений и навыков. С помощью орудий труда человек расширяет диапазон своих возможностей, поэтому техника, орудия являются ультра- и инфрапотенциаами субъекта. Трудоспособность - свойство субъекта труда конкретным видам которого соответствуют специальные способности;

Интеллектуальный компонент необходимо присутствует в общей трудоспособности и специальных способностях, так как он имеет существенное значение для всех видов деятельности.

действительно, интеллект необходим для адекватного отражения, без чего невозможна успешная деятельность. На уровне индивида интеллект представлен задатками умственным способностей, на уровне личности - собственно способностями (мыслительными в первую очередь), эрудицией, креативностью, социальной продуктивностью. По мысли Ананьева, успешность умственной деятельности зависит не только от оперирования информационными единицами, от мотивации, но и от энергетической обеспеченности процессов переработки информации, а значит, от эффективности "подключения" к интеллектуальной деятельности энергетических

систем индивида.

В качестве потенциалов выступают не только трудоспособность и интеллект, т.е. собственно потенции, но и характерологические свойства, генетически связанные с тенденциями личности. Можно поэтому сказать, что структура субъекта - это общая структура личности, взятая в отношении к деятельности и ее продуктивности.

Совокупность свойств личности, определяющих готовность к деятельности на творческом уровне', составляет талант. Талант - творческий уровень потенциалов человека. Творческая деятельность интегрирует свойства субъекта в целом, потому что процессы творчества возникают на "пересечении" труда, познания и общения. В нем представлен "сплав" различных способностей и характера. О таланте можно говорить тогда, когда развитие способностей направляется субъектом в соответствие с его мировоззрением и самосознанием. Осознание собственных потенциалов и стремление следовать призванию отличает талантливого человека. Призвание характеризуется "определенным соответствием между потребностями и способностями, мотивами деятельности и реальной готовностью к этой деятельности, сложившимся характером с системой жизненных отношений и сочетанием необходимых для самостоятельной творческой деятельности способностей" (5, 97).

Индивидуальность

Индивидуальность - наиболее поздний продукт индивидуального развития личности. Генетический порядок здесь таков: индивид — личность - индивидуальность. В структуре индивидуальности "пересекаются (обобщаются) важнейшие свойства не только личности, но также индивида и субъекта.

Интеграция и дифференциация - две взаимосвязаны тенденции в развитии любой системы. Однако уровень интеграции может быть различным. В системе индивидуальности он наивысший. Индивидуальность, пользуясь метафорой Ананьева, - производная второго порядка (после субъекта).

Говоря об интегральной природе индивидуальности, Ананьев допускал относительную автономность отдельных ее подсистем и элементов, которые могут вступить в противоречие с целостной системой. Этому содействуют координационные, паритетные отношения между структурными элементами данной системы, существующие наряду с субординационными. Но в большей степени индивидуальности свойственна гармония её частей, соответствие потенций и тенденций личности, природного и социального в ней, единство мысли, слова и дела. Эта гармония не устанавливается раз и навсегда как итог развития, но воспроизводится вновь и вновь в результате собственных усилий личности по наведению порядка в собственном внутреннем мире и в самой жизни.

Индивидуальность — "закрытая" система, "встроенная" в открытые системы человека . Психика, сознание - интегральные качества, атрибут личности и вместе с тем субъекта, и вместе с тем индивидуальности. Индивидуальность не сводится к сознанию, но и не бывает без него. Сознание в системе индивидуальности выступает как внутренний мир, микрокосм, возникающий на основе отражения мира внешнего. Существуют внутренние связи сознания, обеспечивающие его замкнутость, а следствие этого относительную автономность.

Психологическая характеристика сознания как внутреннего мира (переживания) относится к динамическому аспекту индивидуальности. Феноменология динамики внутреннего мира выразительно описана Ананьевым: "В этом относительно обособленном от окружающего внутреннем мире складываются комплексы ценностей (жизненных планов и перспектив, глубоко личностных переживаний), определенные организации образов ("портретов", "пейзажей", "сюжетов") и концептов, притязаний и самооценки" (3, 328). Здесь происходит осмысление опыта выработка собственных позиций и убеждений, стратегии жизни. Психологическими механизмами внутренней жизни служат визуализированные и вербализованные представления: внутренняя речь, мышление, эмоции, - в общем, психические процессы и вместе с ними все психофизиологические функции.

Содержание внутреннего мира, процессы внутренней жизни опосредствуют поведение личности. Обретение человеком своей индивидуальности означает возможность и необходимость сознательной саморегуляции социальной жизнедеятельности, указывает на становление личности субъектом собственной жизни. Личность становится самостоятельной, самобытной. Зрелость характера и зрелость индивидуальности, в общем, совпадают. Индивидуальность обладает собственным мировоззрением, жизненной философией - "идеологией", лично выработанной путем осмысленного усвоения общественной идеологии на основе собственного жизненного опыта, Интеллектуальная развитость необходима для зрелости характера и индивидуальности в целом, так как способствует правильному осознанию человеком своих потенциалов и тенденция осознанию законов жизни общества и личности.

Индивидуальность в целом и её интегральные свойства являются продуктами индивидуализации в процессах творчества и созидания. "... Одним из важных индикаторов человеческой индивидуальности является активность созидающей, творческой деятельности человека, воплощение, реализация в ней всех великих возможностей исторической природы человека" (3, 328, 329). "Мера" индивидуальности состоит не в степени отклонения от некоей

статистической средней, а в масштабе созидающей, творческой деятельности; об индивидуальности судят но ценности и оригинальности ее вклада в культуру человечества, народа, общности. Не индивидуальное своеобразие, особость частных феноменов определяет индивидуальность, а, наоборот, индивидуальность детерминирует неповторимость, уникальность личности и всех ее проявлений. "Единичное не становится, индивидуальностью потому лишь, что оно отличается от других в однородном ряду (по полу, возрасту, статусу и личности, мотивации и т.д.). Это отличие еще не составляет феномена индивидуальности, связанного с образованием синтеза свойств как замкнутой саморегулирующейся системы... Единичный, отдельный человек (каждый) именно потому уникален, что он - индивидуальность" (3, 93).

В разных связях и отношениях человек выступает то, как индивид (в отношении человек - среда обитания), то как личность (в отношении к обществу, к общностям), то - в отношении к продуктивной деятельности в обществе - как субъект. В каком же отношении человек определяется как индивидуальность? Можно думать, что доминирующим становится отношение к самому себе (поэтому-то в структуре индивидуальности возникает "я" как система самоотношений). На этой основе возможна самобытность личности, ее автономность. Именно с рефлексивными чертами характера, в которых кристаллизуется отношение человека к себе, Ананьев связывал функцию саморегулирования и контроля развития, так как они "наиболее интимно связаны с целями жизни и деятельности, ценностными ориентациями, установками" (3, 314).

Осознание своего характера и таланта приводит к пониманию своего призвания, предназначения в жизни. В последующем жизненный путь строится с учётом призвания или полностью подчиняется ему, о чем наиболее ярко свидетельствуют биографии великих людей. Быть индивидуальностью значит следовать своему призванию и предназначению. Предназначение осознаётся не только как необходимость развития своего таланта и совершенствования личных характерологических качеств, но оно может быть понято личностью как служение народу, человечеству, Богу через созидательный труд и помощь конкретным окружающим людям. И тогда происходит универсализация индивидуальности (6). Не переставая быть индивидуальностью, человек как бы забывает о себе, посвящая себя другим людям, а через них высшему, надличному. Человек- индивидуальность – это не индивидуалист и эгоист. (Гуманистические психологи уже отмечали в самоактуализирующейся личности терпимость, альтруизм, способность к глубокой дружбе и любви). Он готов на подвиг любви и человеческого братства.

Глава 5
ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ - СОЦИАЛЬНО-ИСТОРИЧЕСКАЯ ФОРМА ИНДИВИДУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Развитие - способ существования личности, при этом происходит усложнение, дифференциация и интеграция структуры личности, возникновение новых качеств или новообразований личности. В структуре личности в превращённой форме запечатлена история ее прошлой жизни: история деятельности — в способностях и знаниях, умениях и навыках, история социального поведения (борьбы, преодоления, налаживания отношений) — в характере.

Развитие личности не тождественно развитию психических функций, хотя и тесно связано с ним. Личностное развитие прослеживается на уровне целостной структуры, интегральных её образований. Но эти изменения совершаются за счёт незаметных, но постоянно происходящих микроизменений в процессах повседневного функционирования, практикования, всех механизмов сознания и деятельности личности. Микроуровень изменений трудно уловить, и мы чаще обнаруживаем целостные преобразования в человеке, связывая их с кризисами, переломными моментами жизни. Но кризисов бывает немного, а процесс развития протекает постоянно. Уловить переходы микроизменений в новообразования, а также понять механизм целостных одномоментных изменений типа Кризисов жизни — задача психологии развития личности , или генетической персоналистики.

Проблема развития личности чрезвычайно сложна и многогранна. Мы сосредоточимся на развитии личности как субъекте социальной жизнедеятельности на жизненном пути.

В этом плане, считает К. А. Абульханова-Славская, "развитие есть становление личности субъектом собственной жизнедеятельности, определяющим и удерживающие траекторию жизненного движения" (1, 22). К. А. Абульханова -Славская отличает развитие от просто изменения. Личностное развитие всегда, по ее мнению, опосредуется самой личностью С этим можно согласиться, но при этом надо принять во внимание существование разных форм личностного опосредования и разных уровней субъектной детерминации жизненного пути. Тем более, что по мере становления личности изменяются пропорции объективного и субъективного факторов в детерминации жизни личности и её психического развития. В этой структуре свое место детерминанты, определяемые наследственностью, природной и социальной средой, наличной структурой индивидуальности, сознанием и самосознанием.

В отечественной психологии Б. Г. Ананьевым сформулированы и эмпирически подтверждены представления о переплетении природного и социального в целостном жизненном цикле человека. Ананьев выступил с проектом новой науки о целостном

психобиосоциальном развитии, которую назвал "онтпсихология"*. Онтопсихология, по Ананьеву, есть психологическое исследование бытия человека, которое включает природный онтогенез индивида и социально-исторический жизненный путь личности.

Исходным пунктом развития личности является индивид как природная, генетически заданная структура. Генетическая программа - первая, изначальная из всех программ развития. Б соответствие с ней разворачивается онтогенез человека с непреложной последовательностью фаз: зачатие, рождение, созревание, зрелость, старение, старость и естественная смерть Никому не удавалось избежать этой последовательности, если, разумеется, она не была прервана преждевременной смертью. Эти состояния и фазы онтогенеза имеют отношение не только к соматическим структурам и функциям, так сказать, к телу, но и к психофизиологическим функциям и структурам, к психической организации человека.

По законам онтогенеза происходит созревание и старение психофизиологических функций, интегрированных в задатках, органических потребностях, темпераменте. Они определяют формальные характеристики личностной реактивности на жизненные обстоятельства и события. Скажем, повышенная впечатлительность может привести к сильной психической травме вследствие неблагоприятного события у одного ребёнка и пройти почти без последствий у другого, менее реактивного, менее впечатлительного.

Действительно, как пишет Б.Г.Ананьев, "история личности и субъекта деятельности развёртывается в реальном пространстве и времени онтогенеза и в известной степени ими определяется..." (2, 162). Генетически запрограммированный онтогенез входит в общую структуру жизненного цикла и может иметь судьбоносное значение. Так, свои жизненные планы и стремления личность волей-неволей соотносит с возрастом и физическими, психофизическими возможностями. Возраст как онтогенетическая характеристика нередко определяет своевременность или несвоевременность жизненных решений. Например, женщина, если хочет иметь детей, должна "уложиться" в сроки детородного периода, иначе возможность стать матерью будет безнадежно утеряна.

Биографический смысл имеет каждый возраст: есть время, наиболее благоприятное для учения, общения, труда, карьеры, устройства семьи, есть "время жить и время умирать". Биографический смысл имеет и смерть человека. В психологическом плане проблема смерти означает отношение человека к своей смертности и влияние этого отношения на планирование и осуществление им жизненного пути в более или менее определённом лимите времени. Проблема смерти и смертности человека всегда волновала умы человечества. О ней размышляют философы, писатели и поэты, а также

философствующие естествоиспытатели. Её изучают физиологи и медики, пытаясь установить границы живого и неживого состояний организма и моменты перехода между ними.

Существует комплексная наука о смерти и умирании – танатология.

Развивающаяся в онтогенезе структура индивида представляет собой генетически первый фактор его (индивида) избирательности по отношению к воздействиям среды, в том числе ц педагогическим, что учитывается в педагогике согласно принципу индивидуального подхода. Наличие этой исходной структуры уже означает детерминированность развития со стороны субъекта, пока ещё представленного только своими органическими потребностями, темпераментом и задатками. В этих структурах личность "находит" природный материал для своего развития. Так на основе задатков в процессе разных видов деятельности формируются способности и талант, на основе темперамента -характер, на основе органических потребностей, особенно потребности во впечатлениях, — направленность личности.

В новейших теоретических представлениях о личности придают большое значение её позиции по отношению к миру, которая обобщённо выражается в оптимизме или пессимизме, который появляется уже на ранних стадиях развития человека к виде доверчивости или недоверчивости ребёнка, открытости новым впечатлениям или боязливости, плаксивости или смелости, улыбчивости. Поэтому уже о маленьких детях мы говорим солнечная натура или угрюмая натура. Структура органических потребностей и в целом психофизическое здоровье индивида небезразлично для становления человека оптимистом или пессимистом в жизни. Хотя, конечно, в высшем развитии это - мировоззренческие чувства и определяются вовсе не только природными задатками.

Жизненный путь человека — вторая, более поздняя по сравнению с онтогенезом, форма индивидуального развития человека. Жизненный путь - история личности, а личность моложе индивида в одном и том же человеке. Человек, как известно, рождается индивидом и даже раньше является им еще в утробе матери на последних месяцах беременности. Но личностью он становится позже, по мере всё более активного и самостоятельного включения в общественные связи с окружающими людьми и миром культуры, по мере развития сознания и самосознания.

Датировать начало личности не просто. Это зависит от того критерия личности, который будет принят: либо это появление связной диалогической речи, либо признаки упрямства, детского негативизма, либо способность принимать самостоятельные решения и проявлять волевую целесообразную регуляцию, либо наличие

осознанных переживаний и ранних воспоминаний. Так же трудно найти условную точку отсчёта для жизненного пути. Б.Г Ананьев считал, что о биографии, в собственном смысле слева, можно говорить не ранее двух-трёх лет. Шарлотта Бюлер указывала на более поздний, юношеский, возраст, когда человек имеет уже достаточно развитое самосознание, чтобы определять свою судьбу (5). Главное для истории личности, биографии, то, что человек не просто живёт, а строит свою жизнь сообразно своему жизненному плану или, даже не имея отчётливых планов, споим трудом и общением с окружающими стихийно создаёт обстоятельства своей жизни.

Жизнь личности (собственно жизненный путь) определяется по двум взаимосвязанным программам. Во-первых, по социальной программе, которая более или менее обязательна для всех людей, для членов определённого общества в определённую историческую эпоху. Это программа социализации индивида, которая нацелена на формирование структуры личности и субъекта деятельности, чтобы индивид стал дееспособным и ответственным членом общества.

Процесс социализации особенно интенсивно протекает в фазе становления личности, т.е. в детстве, отрочестве и юности. Но и после он не прекращается, так что человек приобретает новые свойства соответственно новым требованиям в трудовой сфере (переквалификация, например), в общении (освоение новых правил этикета, технических средств, ценностей общения), в познании. Ему приходится подстраиваться также к новым требованиям, запросам, ожиданиям исторической эпохи в общественных отношениях (политике, нравах, моде). Без постоянной социализации личность отстаёт от жизни и превращается в пережиток прошлого.

Итак, социализация - один из способов развития на жизненном пути, в основе развития при этом лежат механизмы социального научения, обеспечивающие усвоение культуры. Есть и другой способ, который осуществляется вместе с первым, индивидуализация. Она обусловлена личностной программой жизненного пути, жизненными штанами и их реализацией самой личностью в неповторимой биографической форме уникального сочетания всех обстоятельств жизни с поступками и переживаниями личности.

Если социализация по сути есть адаптация личности к требованиям общества и исторической эпохи, то индивидуализация имеет противоположный смысл самоутверждение, иногда вопреки требованиям и правилам современного человеку общества. Самоутверждение, в широком смысле слова, и есть индивидуализация, становление самим собой, а не просто социальным индивидом, функционером социальной структуры, одним из многих в ряду своих современников и сверстников.

Индивидуализация на уровне личности характеризуется

сознательной избирательностью личности по отношению к условиям и воздействиям социальной среды, выработкой личностью своей позиции в окружающем мире. Эти отношения и позиции закрепляются в структуре направленности в виде взглядов и мировоззрения, убеждений и жизненной философии.

Индивидуализация имеет разные проявления. Это и индивидуальный стиль деятельности - в труде, общении и познании (См. об этом исследования В.С.Мерлина и его школы), и собственное мировоззрение, философия жизни. Это своеобразный характер и талант, а в целом - индивидуальность. В отличие от природного индивида, который тоже индивидуален в силу уникальности генетической программы, в результате процесса индивидуализации складывается вторичная индивидуальность. Каждый элемент её структуры представляет собой сплав социально-типичного (результат социализации) и индивидуально-неповторимого (результат индивидуализации). Нет ничего в человеке абсолютно уникального или социально-типичного. К этому выводу пришла современная наука.

Процесс социализации не возможен без усвоения человеком культуры, разного рода знаний, умений, навыков таких, как моральные, правовые, профессиональные, включая нормы и правила поведения, целостные процедуры социального поведения сведения общеобразовательного и профессионального характера и прочее. Механизм усвоения, а значит научения, обязательно действует в процессе социализации и служит развитию личности, точнее, социально-типичного в ней.

Накопление, структурирование того, что усвоено из фонда культуры человечества, народа, класса, социальной группы является составной частью процесса развития личности. Эта сторона развития наиболее изучена в психологии. Нередко фактически к ней сводили развитие личности, что не удивительно, если моделью развития служит только детство. Именно в детстве (в фазе становления) процесс социализации идёт наиболее интенсивно, а усвоение в форме учения является ведущим видом деятельности. Активность личности ограничивается в основном её избирательностью по отношению к внешним воздействиям родителей, педагогов, других окружающих и всех обстоятельств жизни. Маленький ребёнок пока ещё не стал полноправным и полномочным субъект своего развития является объектом педагогических воздействий, хотя и избирательно восприимчивым.

Иначе обстоит дело в зрелости. Зрелая личность является субъектом, для которого более характерно не присвоение, усвоение культуры, сколько участие в её созидании. (Притом, как уже было сказано, процесс социализации через усвоение продолжается всю жизнь).

Созидание - воплощение личностью своего внутреннего мира в продуктах деятельности, приобретающих уже самостоятельное бытие. Созидая, личность как бы дарует миру себя в надежде, что этот дар не напрасный, что он послужит на пользу и радость людям и на добрую память о его создателе. Созидание означает нечто большее, чем деятельность, хотя и не возможно без неё. Деятельность более широкое понятие, которое относится и к таким формам активности, которые обеспечивают усвоение уже имеющегося в культуре (учение) или исполнение трудовых функций без выраженного личностного момента, по рутинной необходимости жизнеобеспечения. Созидание - одухотворённая деятельность, когда даже простые рутинные действия приобретают высокий смысл в контексте целостного созидательного плана, замысла (вспомним известную притчу о строителях Шартрского собора).

Понятие созидания отличается от близкого понятия "творчество". Последнее обязательно и, прежде всего, указывает на новизну продукта деятельности, оригинальность, объективную значимость, полезность. Плоды созидания не обязаны всегда быть принципиально новыми и в этом смысле творческими произведениями.

Когда Антон Павлович Чехов посадил чудный сад возле своего дома в Ялте, он созидал, но не выводил новых сортов роз или сирени и в этом смысле не занимался творчеством. Творил он свои рассказы и пьесы. Но и в том, и другом случае он действенно стремился выразить своё понимание назначения человека па земле — улучшать окружающий мир, совершенствовать жизнь, помогать людям попять этот смысл жизни, а потому созидал. Его жизнь — ярчайший образец созидания, благоустройства жизни в высоком смысле (налаживания достойных человеческих отношений с родными и друзьями, другими окружающими, помощь. н забота о них, постоянный труд писателя, практикующего врача и просто хозяина дома, сына, брата, мужа). А вместе с тем его жизнь -поучительный пример саморазвития, совершенствования собственной личности. А.П.Чехов был не только великим писателем, но и несомненно великой личностью с необыкновенно развитой индивидуальностью. И он сам сделал себя таким, "по капле выдавливая из себя раба".

Свой путь индивидуализации, становления личностью с большой буквы проходили многие прекрасные, хотя далеко не всегда известные люди.

Созидательная позиция личности вытекает из соответствующего понимания смысла жизни человека, которое точно и ярко сформулировал Сергей Леонидович Рубинштейн в заключение книги "Человек и мир": "Смысл человеческой жизни - быть источником света и тепла для других людей. Быть сознанием Вселенной и совестью человечества. Быть центром превращения стихийных сил в

силы сознательные. Быть преобразователем жизни, выкорчёвывать из неё всякую скверну и непрерывно совершенствовать жизнь" (6, 385).

Жизнь человека может быть построена по замыслу, проекту. плану, целеустремленно, в соответствии с пониманием её смысла. Такой способ жизни соответствует наивысшему уровню субъектной детерминации. На этом уровне человек в максимальной степени субъект собственной жизни, её творец и хозяин. Он ищет и находит смысл своей жизни, своё предназначение и призвание, ставит цели и выделяет главную из них. Он ведёт свою линию жизни, не уклоняясь от этой цели, наперекор препятствиям. Такой способ жизни и соответствующее преодолевающее поведение требует постоянного усилия и не даётся легко. К тому же, кроме препятствий и преград, существуют отвлекающие соблазны и искушения. Нарастает усталость от жизненной борьбы, и "жизнь сносит". Но этот способ жизни даёт наивысший развивающий эффект.

Оптимально напряжённая, максимально активная жизнь означает полное вовлечение в её осуществление всех психических механизмов деятельности и социального поведения. В деятельности они реализуются и формируются, раскрываются и воспроизводятся на новом уровне. В осмысленной, одухотворённой, напряжённой деятельности-созидании возможно полное самоосушествление, и тогда человек с благодарностью восклицает:

Господи! Душа сбылась:

Умысел твой, самый тайный.

(М. И. Цветаева)

Далеко не все и не всегда поднимаются на высший уровень жизненной активности. Как много людей живут, не особенно задумываясь зачем, для чего и как. О худшем варианте такого способа жизни выразительно писал А.И.Герцен: "Мы проходим по жизни спросонья и умираем в чаду нелепостей и пустяков, не пришедши путём в себя" (8, 18). Будучи, естественно, в полном сознании, иной человек не осознаёт своей жизни как целого, как неслучайной, закономерной и от него самого зависимой структуры личного бытия. С.Л.Рубинштейн характеризовал такой способ жизни как нерефлексивный.

Приведу пример из моих материалов - биографических бесед - о том, как человек полностью погружен в рутинные дела и пассивен в плане стратегии жизни, не думает о ней перспективно, не рефлексирует относительно своего прошлого и вместо индивидуального планирования предпочитает пользоваться своего рода типовым графиком жизни, неписанными правилами общества относительно того, как и когда совершать непреложные жизненные действия типа создания семьи, рождения детей, окончания учебного заведения. Валентина Ш. 42 года. Высшее экономическое

образование, работает главным бухгалтером частной фирмы. Говорит о своей жизни: "Я ничего не хотела бы в ней поменять... Нет событий. Всё шло гладко, само собой. Нет у меня проблем. Вышла замуж в 18 лет за человека, знакомого с детства. Он предложил — я согласилась. Пошла в техникум, как все, не задумываясь. И до сих пор ничего не выбираю, кроме еды. ..Не думаю о будущем. Хотела бы жить так, как живу... Дочь должна была родиться, и я родила... Я никогда не думаю о себе. Думаю о маме, дочери, работе". (Биографическое интервью, июль 1999).

Происходит ли при таком способе жизни личностное развитие? Думаю, в той или иной мере да. Но оно происходит как бы помимо сознания и воли человека, как побочный, случайный продукт его жизнедеятельности. Изменение здесь - следствие определённых обстоятельств, в которых живёт человек и которые он сам создаёт, не задумываясь о личностных последствиях. В этих обстоятельствах человек усваивает определённый образ жизни, и практикуя его, укрепляет определённые жизненные привычки. Привычки накапливаются, аккумулируются так, что незаметно для себя и для окружающих человек иногда становится другим. И только по сравнению с собой десятилетней давности он понимает это.

Так бывает, когда перечитываешь свои же старые письма или дневники и не веришь, что они написаны тобой. Или когда тебя встречает старинный друг после долгих лет разлуки и ему только видно, как ты изменился за эти годы. Иногда эти изменения в лучшую сторону, иногда — худшую. Это зависит от того, в каких обстоятельствах и как ты жил. Сами обстоятельства могут возвышать, а могут и опускать человека, если он подчиняется им. Тогда мы говорим "жизнь засосала" или "жизнь научила", или ещё что-то в этом духе.

Таков низший уровень субъектности. Он изначально прис; маленькому ребёнку и проявляется в избирательности, той и. иной восприимчивости к обстоятельствам жизни. Избирательность зависит, во-первых, от исходной структур индивида. Во-вторых, она зависит от сложившейся определённому возрасту структуры личности. Та или иш восприимчивость по отношению к обстоятельствам жизни бы; осмыслена Л.И.Божович в понятии "внутренняя позиция" (9).

На низшем уровне субъектности внутренняя позиция неосознанна и потому человек не контролирует личностных эффектов взаимодействия с ними. Так происходит в детство со всеми. Но и взрослые бывают полностью погружены в поток повседневных забот и дел, им некогда остановиться, оглянуться есть немало людей, которые боятся задумываться на тему смысла жизни и своего призвания. Они предпочитают не видел противоречий и несуразностей жизни и ведут беспроблемное существование, хотя

объективно жизнь их может быть довольно трудной.

Самонаблюдения и наблюдения приводят к мысли о распространённости ещё одного способа жизни, при котором субъект не инициирует события жизни, но в определённых обстоятельствах совершает свой жизненный выбор из наличных альтернатив. Он переживает и осмысливает сложившиеся обстоятельства или случившиеся события, устанавливает их. значимость, после чего ищет свой вариант ответа на ситуацию. Тем самым субъект проявляет сознательную активную адаптивность, что соответствует среднему уровню субъектности.

В пояснение сошлюсь на мнение французского писателя Армана Лану, высказанного в интервью журналу "Иностранная литература" (J982, № 10). Отвечая на вопрос о своих главных жизненных решениях, он говорит: " В принципе человек принимает не так уж много решений в течение своей жизни... Я думаю, чище над нами властвуют силы общего порядка и обстоятельства, от которых мы не можем уклониться...

I! какой мере мы можем быть ответственны за свою судьбу? Чаше всего люди просто отвергают открывающуюся возможность — и этим решают свою судьбу. Другие пассивно принимают то, что предлагает им жизнь. Есть и такие. кто активно ищут свой путь, добиваются задуманного... обычно я стараюсь выждать, пока события сами не подскажут единственно возможный вариант — я предпочитаю ждать, а не предлагать свой".

Существует интериндивидуальная изменчивость уровня субъектности. Каждому свойственна большая или меньшая жизненная активность. Но, кроме того, есть и интра индивидуальная вариативность - уровень субъектности меняется у одного и того же человека в зависимости от ситуации, от того, считает ли он её значимой для себя настолько, чтобы включить все ресурсы для принятия жизненного решения.

Уровни активности субъекта жизни появляются в жизненных событиях, как мы думаем, трёх основных видов. Во-первых, это события среды, соответствующие низшему уровню активности субъекта жизни. Они не планируются и даже не предвидятся человеком - они случаются с ним. Правда, иногда события среды происходят по программе, но эта программа не субъекта жизни, а природы или общества (например, закономерная, естественная неизбежность смерти родителей или социально запрограммированное поступление современного ребенка в школу). В других случаях вообще нелепо говорить о программе, когда с человеком происходят случайности В личностном плане эти события выступают как лишения, утраты, потери или как везение, удача, шанс (скажем, выигрыш крупной суммы денег по лотереи). Нередко события среды не осознаются в их событийном значении в момент их

явления, их смысл доходит до человека много позже, а иногда так и остаётся скрытым. Тем не менее, эти случаи, коль скоро объективно играют судьбоносную роль, являются событиями.

Разнообразные перемены в микросреде составляют целый ряд памятных вех в биографии отдельных членов общностей. Некоторые из этих вех являются подлинными событиями. Рождение и смерть родственников - характерные события такого рода. Процессы в жизни учебного или трудового коллектива наполняют нашу жизнь множеством событий: назначение на новую должность, получение наград или взысканий, смена руководства и прочее. Поступки окружающих, имеющие отношение к жизни данного человека, являются обстоятельствами его жизни, а иногда событиями.

К событиям среды мы относим, помимо локальных случаев и социально запрограммированных фактов, исторические события, свидетелем и участником которых был конкретный человек. Они не зависят от воли отдельного рядового человека, но они властно увлекают его в свой поток. Не все участники исторического события могут в полной мере осознать его исторический статус и сознательно связать его со своей судьбой. для такого исторического отношения личности необходимо развитое чувство истории (Б.Г.Ананьев). Тогда человек не только реагирует на исторические ситуации, но и активно взаимодействуете ними, прокладывая свой жизненный маршрут в объективно заданных обстоятельствах места и исторического времени — историческом хронотопе.

События среды, внося объективные изменения в ход жизни человека, не являются однозначными по своим последствиям. Значение того или иного объективного события раскрывается в связи с позицией, которую занимает сам человек по отношению к нему. Роль события определяется тем, будет ли человек жертвой внешних сил или борцом, поступками утверждающим свою индивидуальность, своё понимание собственной жизни.

Во-вторых, среди событий жизни выделяются события поведения, поступки. Поступок — единица общественного поведения личности, в нём выражается её отношение к тем или иным явлениям, её характер, особенно моральное его содержание. Высший, нравственный уровень поступка - подвиг. Всякий поступок одного человека является также обстоятельством или событием в жизни других людей. Поступки-события не только служат достижению конкретной цели, но и открывают новую жизненную перспективу.

Можно говорить о разных в видах поступков в зависимости от того, какие именно отношения в наибольшей степени реализует этот поступок. Так, отношение к людям предопределяет коммуникативные поступки, отношение к обществу и государству — гражданские. Есть трудовые поступки, в которых проявляется отношение к труду и своему трудовому Долгу. Биографическое значение трудовых

поступков велико. Ведь за свой труд человек получает материальное и моральное вознаграждение, благодаря труду складываются его репутация и престиж, а значить образуются новые обстоятельства его жизни, особенно социально-психологические.

За поступком стоит определённый жизненный выбор личности, сделанный на основе жизненного решения. Принятие и осуществление жизненного решения означает высокий уровень активности личности и приводит к изменениям в объективных обстоятельствах жизни и субъективным изменениям сознания и самосознания, а далее - структуры личности .

Жизненный выбор подготавливается предыдущим ходом жизни и "подземным ростом души" (А.А.Блок). Он вызревает под влиянием многих впечатлений и обстоятельств. Смысл поступка в конце концов состоит в утверждении или отрицании каких-либо ценностей. Поиск и открытие, принятие или отвержение ценностей составляет духовную биографию личности. Причём духовная биография в определённой мере не зависит от хода жизни и обстоятельств среды. В ней есть свои, невидимые постороннему взгляду события. Их последствия кроются во внутреннем мире человека и заметны только при самонаблюдении. Они видимо не проявляются вовне, но имеют существенное значение для развития личности.

Это могут быть самые разные явления действительности, которые однажды вызвали длительные и яркие переживания нравственно-эстетического характера, а, точнее, экзистенциальные, т.е. касающиеся смысла жизни. Под их влиянием человек по-новому осмысливает свою жизнь, меняет свои отношения и совершает судьбоносные поступки. Не исключено, что объективные события, события среды, вызывают не только объективные перемены, но и событийные впечатления. При этом их эффект усиливается.

События-впечатления похожи на события среды тем, что они тоже случаются. Но активность личности здесь высока, потому что от личности зависит, пройдёт ли она мимо воспринято

случайного факта, или он действительно вызовется незабываем переживания и положит начало новой полосе жизни личности зависит попадание воспринятого факта как бы резонанс с ней. "Мы всё воспринимаем, но не все переживается, а лишь то, что стало фактом нашей биографии", - писал Ананьев. Но чтобы впечатление вошло в биографию, личное: должна особым образом к нему отнестись. Для этого ей надо стать отзывчивой на факт жизни. Эта отзывчивость определяется встречной внутренней работой по самоопределению в мире, по проектированию своего жизненного пути в нём. "Душа обязана трудиться и день, и ночь" (Н.Заболоцкий), чтобы быть готовой отнестись к впечатлению как к событию, после которого происходит мгновенная перестройка сознания подобная творческому открытию учёного или изобретателя:

смутное проясняется, непонятное становится понятным, искомое - найденным. После этого можно действовать и претворять в жизнь прояснённое, понятое, найденное. Вот почему события-впечатления - действительно события, субъективно отмеченные яркими незабываемыми переживаниями.

Обратимся к замечательно точному примеру го русской классики. В романе Льва Толстого "Война и мир" есть эпизод встречи Андрея Болконского со старым дубом. Сначала происходит внезапная как будто перемена в душевном состоянии героя: "Да это тот самый дуб", - подумал князь Андрей, и на него вдруг нашло беспричинное весеннее чувство радости и обновления. Все лучшие минуты его жизни в одно и то же время вспомнились ему... Нет, жизнь не кончена в тридцать один год, - вдруг окончательно , беспременно решил князь Андрей" (11, 160). Л. Толстой далее пишет о последующих переживаниях, в которых определилась жизненная перспектива героя — возврат к деятельности, переезд из имения в Петербург, предложение Наташе Ростовой,

Таким образом, впечатление от старого дуба стало катализатором целого ряда однонаправленных изменений, вызванных предыдущими впечатлениями — разговором с Пьером, девушкой у окна, женскою красотою. Произошел перелом во внутреннем мире, открытие ценности самой жизни, приведший к духовному возрождению.

В биографических документах встречаются упоминания о событийных впечателениях, вызванных личностью другого человека. Александр Блок в "Автобиографии" назвал событием

мимолётную встречу с поэтом и философом Владимиром Соловьёвым в 1900 году, когда ему самому было двадцать лет. В нашем исследовании одна из изучаемых студенток указала в числе событий смерть юной художницы: "Всё перевернуло во мне известие о смерти Нади Рушевой. Моя сверстница -талантище, и неоправданная жестокость судьбы...Вообще ни об одном другом событии я не думала так много, как об этом. Причём именно её судьба наводила на какие-то философские раздумья и о смысле жизни, и что есть талант".

Событиями могут явиться художественные произведения. После знакомства с романом Чернышевского "Что делать?" одна из изучаемых, по её словам, "думала над каждой страницей... открыла новый мир. Мировоззрение изменилось".

Будет ли сам человек инициатором изменений в жизни и соответственно своего развития или его заставляют обстоятельства, всё равно он живёт, действует, а потому' меняется в лучшую или худшую сторону. Если изменения идут "вверх", можно говорить о развитии личности. Развитие личности — следствие развития её жизни, а значит и деятельности и поведения. Таков главный вывод

характерологических исследований Б.Г.Ананьева, к сходной мысли пришла К.А.Абульханова-Славская (12).

Показателем развития жизни является увеличение количества "измерений" жизни (Ш.Бюлер), т.е. мест пребывания, микросред обитания, расширение круга общения, количества занятий и обязанностей, прочитанных книг, просмотренных фильмов, картин и т.д. Иначе говоря, развитие жизни включает экспансию личности на новые жизненные пространства. Происходит расширение и вместе с тем дифференциация отношений личности с окружающим миром. Чем больше таких отношений, тем полнее жизнь. Полнота жизни — первая характеристика её развитости.

Говоря о развитой жизни, мы не можем не указать на её интенсивность, напряжение, энергию, силу. Это качество проявляется как вовлечённость личности в трудные, требующие большой самоотдачи дела, занятия, обязанности. Участие в напряженной деятельности, иногда на пределе физических и психических сил при наличии положительной мотивации даёт человеку несравненное удовлетворение. Это знают альпинист, покоривший вершину, учёный, сделавший открытие, командир, выигравший битву. Жить в полную меру - это значит жить широко, полно, интенсивно. Субъективным критерием такой жизни является её эмоциональная насыщенность.

Поиск полноты и силы жизни внешне выглядит как погоня за эмоциональными переживаниями, не всегда приятными, но острыми, интенсивными, запоминающимися. Советский психолог Б.И.Додонов думал, что существует потребность в эмоциях. Это так, но есть более глубокая потребность в напряженной И полной жизни, пропитанной яркими эмоциями. Пот почему есть разница между аттракционом и настоящим жизненным приключением. Первое не может полностью заменить второе, хотя отчасти компенсирует недостаток полнокровной жизни современного, изнеженного цивилизацией человека.

Наряду с дифференциацией отношений, дел, занятий развитие жизни появляется в её интеграции, что приводит к её цельности (целостности, единству). Интеграция происходит благодаря выявлению главного направления жизни, главного дела, самого дорогого в жизни, ради чего стоит жить. Когда человек понимает это, он сам упорядочивает свою жизнь, подчиняя её течение главному в ней, что придаёт ей смысл. Ложно понятый смысл направляет активность человека по неверному руслу, и она не приводит к плодотворным результатам. Но и в этом случае все потоки жизненной активности направляются в единое русло жизненной направленности личности, что означает самую общую и долговременную ориентацию жизненного пути.

Жизнь, которая характеризуется полнотой, силой, цельностью, основанная на определённых ценностях, отличается высокой

производительностью, или продуктивностью. Именно так определяет результативную сторону жизненного пути Б.Г.Ананьев, об этом же пишет К.А.Абульханова-Славская, связывая развитие личности с повышением "её своеобразной жизненной "производительности", подобной производительности труда" (13, 118)*.

Живя в полную силу и целеустремленно, человек успевает сделать очень много и получает удовлетворение от прожитых лет. Таким образом человек интенсивно развивается как субъект разных видов деятельности, личность и индивидуальность — в общем, субъект жизнедеятельности на жизненном пути.

Субъектная оптимальная организация жизни, когда её ход адекватно, разумно опосредован личностью, способствует долголетию, сохранению активности человека до глубокой старости. Б.Г.Ананьев выдвинул гипотезу о двух типах старения - конвергентном и дивергентном (2). Первый характеризуется однонаправленными изменениями в онтогенетическом, индивидном и биографическом, личностном развитии человека, когда естественное старение психофизиологических функций мозга ведёт к тотальному снижению продуктивности и активности психических процессов и деятельности. В таком случае старению не противостоят какие-либо личностные механизмы, и онтогенез определяет всю картину старения человека.

При дивергентном развитии, наряду с регрессом психофизиологических функций мозга, в старости действуют противостоящие старению операциональные и мотивационные механизмы личностного происхождения, обусловленные историей её жизни, деятельности и поведения. В этом случае человек сохраняет трудоспособность и творчество до глубокой старости, а вместе с тем продлевает своё физическое существование, мобилизуя в активной деятельности все ресурсы организма и личности.

Глава 6
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ НА ЖИЗНЕННОМ ПУТИ. ЖИЗНЕННЫЙ ВЫБОР

В предыдущей главе мы рассмотрели развитие личности в масштабе всей её жизни. Но незаметные изменения личности происходят ежедневно, когда укрепляются или разрушаются психические образования личности. "Строительным материалом" для структуры личности являются психические процессы, которые обслуживают все виды деятельности и поведения личности, а вместе с тем её жизнедеятельность на жизненном пути. Переход процессов в свойства личности путём их обобщения теоретически намечен С.Л.Рубинштейном. Обобщение мотивов ведёт к появлению устойчивых черт характера, обобщение действий - способностей (1).

Актуализация психических процессов, их направленность и содержание зависят как от структуры и характера жизненных ситуаций, так и от структуры и характера личности. В контексте жизненного пути, однако, психические процессы воплощаются в новые формы, возвышаясь до экзистенциальных переживаний на тему " как, зачем и для чего жить?". Тогда восприятие приобретает качество созерцания, память становится воспоминанием, мышление - размышлением, мысли — думами, эмоции — эстетическими, этическими и интеллектуальными переживаниями. Всё это составляет феноменологическую картину внутренней жизни личности, её субъективный мир.

Активизация внутренней жизни происходит в особые моменты, имеющие судьбоносный и личностно-развивающий смысл. Она вызвана событиями или необходимостью подготовки к ним. Для этого человек должен воспринять ситуацию как жизненную проблему, ему адресованную, решить её во внутреннем , умственном плане, а затем в поступке

Так происходит жизненный выбор, принятие решения по жизненно важному вопросу и его реализация, направленная на утверждение определенной ценности.

Проблемность жизненного пути человека

Жизнь современного человека протекает в быстроменяющихся обстоятельствах, тем более в эпоху перемен, подобную нынешней. Меняются политическое устройство, социальная структура, законы, идеология общества, появляется новая техника , а с ней и новые профессии, новые возможности для труда, общения, отдыха людей. Общество предъявляет личности разнообразные, часто противоречивые требования, которые нередко противоречат её собственным устремлениям и способностям. Это означает имманентную проблемность жизненного пути личности, уровень которой повышается в ситуациях быстрых социально-исторических преобразований или катастроф.

Действительно, конкретные исторические события участвуют в детерминации жизни и развитии людей, являющиеся их участниками и свидетелями. Само собой разумеется, что помимо жизненных проблем исторического так сказать происхождения, существуют личные проблемы, порождённые событиями и обстоятельствами в микросреде.

Проблемные ситуации более или менее осознаются личностью и выступают как задачи, которые необходимо решать, чтобы укреплять и совершенствовать основы собственной жизни и жизни близких людей, а также всех других, с которыми человек связан многообразными отношениями в малых и больших общностях. Бывает, что объективно возникшие проблемы не воспринимаются

как таковые и человек не ставит соответствующие задачи, и потому не решает ничего. Тогда не исключено, что решение придётся за него искать близким людям, или же проблема со временем теряет актуальность вследствие объективной динамики обстоятельств жизни.

Люди ставят и решают жизненные задачи по-разному:

1) соответственно общему замыслу, личной жизненной программе, жизненному плану;

2) соответственно предписаниям общества, социальной программе;

3) ситуативно, не заглядывая вперёд, подчиняясь актуальной потребности в конкретной ситуации;

4) некоторые же вообще предпочитают не видеть проблем и ничего не решать. Способы постановки и решения жизненных задач при осуществлении жизненного выбора являются психологическим механизмом жизнедеятельности личности на жизненном пути, а значит, и личностного развития:

Личность в целом выступает как "решатель проблем". Для этого у неё есть сознание и в первую очередь мышление. В решении жизненных задачах оно выступает как биографическое мышлении. В таком мышлении интегрируются процессы биографической (автобиографической) памяти, воображения (мечты, идеалы), внутренней речи (внутренний диалог с собой, "голос совести"). Всё это сильно заряжено мотивами, проникнуто эмоциями и вместе составляет поток внутренней жизни, вызванный восприятием жизненной проблемы. Интегральный характер биографического мышления позволяет отождествить его в момент жизненного решения с внутренней жизнью в целом.

Биографическое мышление

Термин "биографическое мышление" непривычен для психологии и появился недавно (например, в диссертации Р.А.Ахмеров, однако там он не был специально обоснован (2). Представляется оправданным его использование по аналогии с понятием биографической (автобиографической) памяти.

Биографическое мышление — главная познавательная способность субъекта жизнедеятельности, инструмент достижение адекватного понимания жизни. Важно также учесть, что практическая сторона биографического мышления проявляется как_врля к жизни, жизнедеятельности и жизнетворчеству. Причём к такой жизни, которую субъект считает достойной себя.

Мы рассматриваем биографическое мышление как разновидность социального, ставшего предметом исследований в лаборатории К.А.Абульхановой. Она пишет: "Предметом социального мышления является вся социальная действительность в совокупности феноменологических и сущностных

характеристик (социальных процессов, событий, ситуаций, отношений и поведения людей, их личностей), а также собственная жизнь. Личность как субъект жизни имеет способность к такому мышлению и потребность в нем" (3, 41).

Как видно из приведённой цитаты, социальное мышление содержит социально-исторический аспект (понимание общественных явлений в макросреде, событий исторического значения), социально-коммуникативный (познание отношений и личностей людей в непосредственном общении) и биографический (понимание собственного жизненного пути).

На наш взгляд, эти три аспекта социального мышления можно считать тремя его разновидностями — социально-историческим, социально-коммуникативным и социально-биографическим (или просто биографическим) мышлением, каждый из которых имеет свою специфику и в разной степени может быть развит у одного и того же человека (4). Человек иногда весьма глубоко анализирует социально-политические процессы в обществе, но при этом плохо разбирается в характерах близких людей или неадекватно понимает события собственной жизни, мало думает о себе и своей судьбе, будучи полностью вовлечен в круговорот политических событий, общения, профессиональных дел.

Важнейшей функцией социального и, в частности, биографического мышления является проблематизация, т.е. адекватное отражение жизненных противоречий и соответственное формулирование жизненных задач, которые приходится решать в определенных условиях места и времени. Решение успешно, когда оно своевременно и уместно, т.е. учитывает определенные обстоятельства макро- и микросреды, "пространство" личностных и общественных отношений. В принципе разумное решение может быть совершенно непродуктивным и вредным, если оно принимается в отрыве от конкретных обстоятельств места и времени действия.

К процедурам социального мышления относится категоризация. Она представляет собой обобщение сходных социальных явлений под определенной рубрикой — категорией. Это не легко, особенно, когда в обществе происходят кардинальные перемены , и они ещё не успевают получить своё имя, существуют под "псевдонимом", эвфемизмом, заимствованным из чужого языка названием, что далеко не всегда соответствует сути именуемого явления.

Главной процедурой социального мышления считается интерпретация. Она состоит в многократном включении явления в разные связи и отношения, переформулировании исходного чужого текста или описания ситуации, события, сделанного самим субъектом мышления, в результате чего формируется его мнение о ситуации, событии, предмете и его позиция по отношению к ним.

Можно предположить (это предположение нуждается в

экспериментальной проверке), что биографическое мышление в отличие от социально-исторического и социально-коммуникативного характеризуется повышенной пристрастностью и личностной опосредованностью, т.е. личностной вовлеченностью. Это и понятно, поскольку человек здесь думает о лично пережитом, о себе самом и своей судьбе. Биографическое мышление в большей мере подвержено действию защитных механизмов, каузальной атрибуции, которые могут направить сознание в сторону желаемого и легкого, но иллюзорного решения. Деформация мышления под влиянием защитных механизмов, вероятно, зависит от уровня интеллекта и баланса защитных и волевых механизмов поведения (coping - совладение) в структуре личности.

Своеобразие указанных видов социального мышления проявляется не только в их объектах, степени вовлеченности Я, но и в характере умственного продукта. Так, обобщенным продуктом социально-исторического мышления является имплицитная теория общества и исторического процесса, своего рода личная историософия. Социально-коммуникативное мышление служит построению имплицитной теории личности, человеческих отношений, теоретизированию по поводу практической этики. В процессах же биографического мышления личность формирует концепцию собственного жизненного пути

Она представляет собой инвариант многих актов проблематизации, интерпретации и категоризации жизненных фактов и является устойчивым ядром субъективной картины жизненного пути в целом, а вместе с тем "фильтром" новых жизненных впечатлений.

Понятие субъективной картины жизненного пути ввёл Б.Г.Ананьев. Согласно его представлению в самосознании личности субъективная картина жизненного пути строится "соответственно социальному и индивидуальному развитии, соизмеряемому в биографо-исторических датах" (5, 155). В условиях социально-исторического либо биографического кризиса при деформации структуры личности она искажается: сокращается субъективное будущее, акцентируется сиюминутное настоящее, из прошлого выпадают существенные пласты опыта (2; 6; 7), На основе субъективной картины и концепции жизненного пути происходит регуляция личностью процесса её социальной жизнедеятельности, принимаются конкретные жизненные решения.

Любой вид мышления' — это, прежде всего, интеллектуальный процесс. Когнитивный подход к личности как субъекту жизнедеятельности акцентирует внимание на зависимости жизненных решений от общей интеллектуальной способности по переработке информации, в том числе информации о событиях жизни, собственных потенциалах и потребностях, обстоятельствах и

последствиях решения. Чем выше интеллект, тем более интегрирована индивидуальность, и тем успешнее человек переработает соответствующую информацию и справится с жизненными задачами. Таково мнение американского психолога Дж. Зимана (8). Сходным образом думают и финский психолог Х.Хурме (9), германский психолог Г.Томэ (10). Большую роль в поведении личности, по их мнению, играют когнитивные структуры, репрезентирующие определённым образом жизненные ситуации. В этом плане изучаются "схемы", "темы", "конструкты", от которых зависят инструментальные образования - "планы" и "сценарии" поведения на жизненном пути.

Б.Г.Ананьев указывал на важное место общего интеллекта в структуре личности и изучал вместе со своими сотрудниками этот вопрос в комплексных исследованиях. Он считал неоправданным взаимообособление личности и интеллекта поскольку социальные функции, общественное поведение и. мотивации (добавим, социальная жизнедеятельность — прим. Н.Л.) всегда связаны с отражением, с познанием общества, других людей и самого себя (5, 307), интеллект во многом определяет адекватность жизненных планов личности.

Закономерен вопрос о связи биографического мышления с так называемым социальным интеллектом, который исследуется в русле социальной перцепции. Понимание людей и умение налаживать с ними адекватные отношения — важная для субъекта жизни способность, а общение, сотрудничество или конфронтация с окружающими -- значительная часть содержания жизни каждого человека. Размышление о человеческих отношениях и характерах окружающих в контексте собственной жизни составляет существенное содержание биографического мышления.

Биографическое мышление близко к личностной рефлексии, но не сводится к ней. Биографическое мышление это не только рефлексия, но и решение жизненной задачи. Вопрос о соотношении этих явлений ещё не изучен.

Биографическая память

В биографическом мышлении объект мысли выступает чаще всего в форме представлений биографической (автобиографической) памяти (11; 12). В ней .хранятся живые, более или менее обобщенные образы пережитого прошлого, иначе -воспоминания. Они составляют чувственную основу биографического мышления. Кроме того, в мышлении используются образы настоящего и будущего, а также обобщенные представления.

В обзорной статье В.В.Нурковой 1996 года изложены современные данные и теоретические представления о природе биографической памяти, накопленные преимущественно

зарубежными исследователями. Этот вид памяти начал активно изучаться в конце 80-х годов XX в. Но первые исследования были проведены намного раньше, например, П.П.Блонским в 30-е. годы, о чём в статье В.В.Нурковой почему-то не упоминается. В итоге анализа материалов разных исследований В.В.Нуркова даёт следующее определение автобиографической памяти: " это субъективное отражение пройденного человеком отрезка жизненного пути, состоящее в фиксации, сохранении, интерпретации и актуализации автобиографически значимых событий и состояний, которым определяется самоидентичность личности" (12, 27).

Размышляя о себе и своем жизненном пути, личность интерпретирует и реинтерпретирует событийную структуру, записанную в виде представлений. Биохра^ическре^мьхшление опирается на биографическую память, но и содержание биографической памяти зависит от мыслительной переработки прошлых впечатлений действительности. В большинстве случаев они подчиняются психо-логике, так как их структура зависит от мотивационно-потребностной сферы личности. Со времён 3-Фрейда, известно, что большую роль в процессах биографической памяти (и биографического мышления) играет психологическая защита (вытеснение, замещение, изоляция, отрицание, регрессия и т.д.), действуют мотивы самооправдания, самоуничижения, раскаяния.

Биографическая память обладает жизнеукрепляющей (или, увы, жизнеразрушающей) силой. Человек обращается к своему прошлому в моменты принятия жизненного решения, чтобы не повторить ошибок или найти в нём нравственную опору для выбора.

Об этом с необыкновенной силой сказал Ф.М.Достоевский устами своего героя Алеши Карамазова: "Знайте же, что нет выше, и сильнее и здоровее, и полезнее впредь для жизни, как хорошее какое-нибудь воспоминание, и особенно вынесенное ещё из детства, из родительского дома. Вам много говорят про воспитание ваше, а вот какое-нибудь этакое прекрасное, святое воспоминание, сохранённое с детства, может быть, самое лучшее воспитание и есть. Если много набрать таких воспоминаний с собою в жизнь, то спасён человек на всю жизнь. И даже если одно только хорошее при нас останется в нашем сердце, то и то может послужить когда-нибудь нам во спасение" (13, 310).

Аффективно окрашенные воспоминания радуют, утешают или мучают человека годы и годы спустя после случившегося. Бывает так, что человеку лучше не вспоминать некоторых травмирующих событий, чтобы иметь силы жить дальше. Но события настолько сильны и значимы, что не вытесняются но законам бессознательной защиты, а требуют сознательною подавления. Тогда мы имеем дело с особой формой забывания - забвением. Это уже не просто мнемический процесс, а моральное действие, направленное на

содержание сознания.

Здоровая личность, по видимому, отличается от невротической своей способностью не "зацикливаться" на прошлом, при этом храня память о пережитом, извлекая уроки из прошлого.

Процесс воспроизведения в биографической памяти также своеобразен. Он произволен, целенаправлен в воспоминания типа мемуаров, когда идет активная реконструкция прошлого, с опорой на документы и свидетельства очевидцев. Происходит мнемологический поиск, в котором помимо памяти участвуют мышление и воля, что необходимо для верификации воспоминаний и преодоление трудностей припоминания. Но воспоминания могут возникать непроизвольно, ассоциативно, причём ключом к кладовым биографической памяти служат актуальные ощущения и восприятия, в том числе "второстепенных" модальностей (кинестезия, вкус, обоняние). (Б этой связи нельзя не отметить поразительную проницательность Б.Г.Ананьев, который в своих исследованиях всегда уделял внимание всем без исключения видам ощущений и восприятий, понимая их вклад в структуру сознания личности).

Биографическая память, воспоминания - это рассказ человека о своей жизни (об этом писал ещё Пьер Жане). Он бывает построен по эстетическим критериям драматического произведения, где есть завязка, кульминация и развязка. Образованный, начитанный человек склонен рассказывать о своей жизни примерно так, как писатель пишет роман или пьесу, драматизируя жизнь, делая её более насыщенной и интереснее. Развитые воспоминания — это реконструкция с элементами литературной обработки при активном участии биографического мышления. Поскольку воспоминания совершаются по законам биографической беллетристики, можно охарактеризовать биографическую память как литературную по форме и жизненную по содержанию.

О биографической памяти размышлял А.Адлер. По А.Адлеру, "...каждое воспоминание, каким бы тривиальным оно ни казалось человеку, представляет для него что-то достопамятное. Оно говорит ему: " Вот чего ты должен ожидать или " Вот чего ты должен избегать" или "Вот что такое жизнь". И вновь мы должны подчеркнуть, что само по себе событие не так важно, как тот факт, что именно что переживание настойчиво сохраняется в памяти и используется как кристаллизация того значения, которое придаётся жизни. Каждое воспоминание - это напоминание" (14, 67). А.Адлер использовал метод ранних воспоминаний, видя в них точку отсчёта автобиографии.

Прошлое фиксируется в биографической памяти, интерпретируется и реинтерпретируется в биографическом мышлении. Как писал А.Н.Леонтьев "... прошлые впечатления, события и собственные действия субъекта отнюдь не выступают для него как покоящиеся пласты его опыта. Они становятся предметом

его отношения, его действия и потому меняют свой вклад в личность. Одно в этом прошлом умирает, лишается своего смысла и превращается в простое условие и способы его деятельности - сложившиеся способности, умения и стереотипы поведения; другое открывается ему совсем в новом свете и приобретает прежде не увиденное им значение; наконец, что-то из прошлого активно отвергается субъектом, психологически перестает существовать для него, хотя и остается на складах его памяти. Эти изменения происходят постоянно, но они могут и концентрироваться, создавая нравственные переломы. Возникающая переоценка пережитого, установившегося в жизни, приводит к тому, что человек сбрасывает с себя груз своей биографии" (15, 221). Тогда в сознании субъекта происходит нечто аналогичное смене парадигмы в науке: под воздействием новых фактов, знаний, не укладывающихся в старую схему, последняя уступает место новой.

Если обобщить, осмыслить результаты более чем столетнего изучения биографической памяти, то можно дать ей следующую характеристику. Она темпоральна, т.е. воспоминания всегда относятся к конкретным временным датам. Поскольку они зависят от исторического времени и хранят впечатления об исторических событиях, лично пережитых субъектом, то это исторический вид памяти. При всех временных трансспективах, инверсиях объективные координаты исторического времени позволяют ему установить адекватные причинно-следственные и целевые связи между событиями жизни, строить образ и концепцию собственного жизненного пути — генетический аналог "Я-образа" и "Я-концепции". Живые индивидуализированные образы прошлого составляют психическую ткань нашего Я. Чувство принадлежности массы разновременных впечатлений приводит личность к осознанию своего тождества во времени, что обеспечивается сверхдолговременньш характером этого вида памяти. Сверхдолговременностъ повышенная стабильность — третья характеристика этого вида памяти. Действительно, человек может отчётливо помнить события многолетней давности и заново переживать их. Она отличается также эмоциональностью и повествовательносщо Процесс воспоминания развертывается в диалоге с собеседником или с самим собой. Причем рассказ о прожитом всегда более или менее структурирован, в нем присутствует концепция судьбы, сложившаяся или складывающаяся у субъекта в процессе повествования.

То или иное отношение к собственному прошлому влияет на определение позиций в настоящем и перспективы на будущее. Связь психологического прошлого с настоящим и будущим выступает в каждом случае жизненного выбора.

Жизненный выбор личности

Биографическое мышление в своём концентрированном виде проявляется в моменты жизненного выбора и служит его процессуальным механизмом. Существуют и более общие его механизмы, обусловленные структурой личности. Сам процесс выбора превращается в особую деятельность — внутреннюю работу личности (16). Специально проблеме жизненного выбора было посвящено ценное диссертационное исследование Л.С.Кравченко (17). Кравченко исходила из понимания жизненного выбора как события на жизненном пути, после которого жизнь существенно меняется, принимает то или иное направление.

Личностным механизмом жизненного выбора является определённое соответствие ценностей, лежащих в основе выбора, и способов принятия решения и претворения его в жизнь Л.С.Кравченко выделяет 10 биполярных ценностей, которые имеют разную значимость для личности. Это: альтруизм эгоизм, творчество - приспособление, борьба – покой, стабильность - новизна, долг - независимость, коммуникация - зашита Я, гуманистические — стяжательство, гностические эстетические, праксические - гедонистические, внешнего самоутверждения - внутреннего самоутверждения.

Естественно, что обнаружились возрастные и половые различия в предпочтении тех или иных ценностей. Чем старше человек, тем больше он ценит покой и стабильность. Женщинам свойственны коммуникативные ценности, мужчинам - праксические.

Эти ценности обосновывают жизненные принципы личности. Если принципы тверды, то личность принимает безальтернативные решения, нередко наперекор обстоятельствам. По данным Л.С.Кравченко, оказалось, что к безальтернативным решениям чаще склонны женщины: они живут в соответствии с принципами, не подвергая их сомнению. Мужчины чаще рационально взвешивают альтернативы, учитывают их последствия и все сопутствующие обстоятельства.

Были найдены и другие структурные особенности личности, влияющие на жизненный выбор. Это значит, что выбор детерминирован структурой личности и жизнедеятельность опосредуется всей системой свойств человека, включая индивидные (пол, возраст).

Обратим внимание на известную в психологии личности закономерность противоположную в определенном смысле той, что нашла Л.С.Кравченко, а именно: личность может принимать решения, преодолевая рамки привычного хода мысли и действия, заданных сложившейся структурой личности, она выходит за пределы собственной сложившейся структуры и совершает творческий акт решения, преодолевая себя. Это преодоление совершается

благодаря работе сознания. Таким образом, и структура индивидуальности, и работа сознания (главным образом интегральное биографическое мышление) опосредуют жизненный выбор, а значит и жизнедеятельность личности.

При совершении жизненного выбора в развернутом его варианте (альтернативном, по Л.С.Кравченко) человек всесторонне анализирует факты об актуальном состоянии социальной среды (макро- и микросреды), социальной ситуации, привлекает воспоминания более или менее далёкого личного прошлого, сохранившегося в живых эмоционально насыщенных представлениях биографической памяти. Всё это соотносите с образом и концепцией Я, жизненной философией жизненными целями и планами. В процессах биографического мышления идёт всестороннее рассмотрение всех обстоятельств и событий жизни, обдумывание, проигрывание ближних дальних последствий того или иного варианта жизненного выбора. Вместе с тем определяются, артикулируются жизненный опыт, личностные позиции и убеждения, жизненная философия, пути самореализации и самоутверждения ближайшие и отдалённые жизненные планы и цели, смысл обстоятельств и событий, смысл жизни в целом.

Принимать жизненное решение бывает очень трудно. И дело не только в объективной сложности и неоднозначности проблемной ситуации, не в недостатке информации или слабых умственных способностях. Основные трудности вызваны предвидением ломки старых, привычных отношений, привычного образа жизни, обжитой среды и неизбежных психологических, психофизических и физических напряжений, которые будут необходимы для реализации жизненного решения. Жизненное решение имеет свою личностную психологическую иену и, решая жизненную задачу, человек задумывается о ней. Возможно, цена будет столь велика, что достижение результата истощит силы человека, и он не сможет воспользоваться открывшимися жизненными перспективами. Осознав эту цену, он заранее может отказаться от такого решения и пойти на компромисс, соразмеряя результат и его цену.

В принятии решения всегда существует и вероятностный аспект: если вероятность достижения того или иного эффекта мала, то субъект часто предпочитает менее весомый, но более вероятный результата по принципу "лучше синица в руках, чем журавль в небе".

Главной ценностью для человека является сама жизнь -жизнь тела и духа. Как мне думается, в соответствии с общим законом самосохранения систем конечным мотивом жизненного выбора является потребность в самосохранении, которая, однако, выступает в разной форме. На уровне индивида - в форме потребности жить и быть живым, на уровне личности - быть как все или быть со всеми, иметь социальные связи, на уровне субъекта быть дееспособным,

на уровне индивидуальности — быть самим собой, сохранить верность себе, на уровне универсальности -- сохранить верность долгу, исполнить своё предназначение. В жизни бывает так, что человек сохраняет себя в одном качестве и теряет в другом. Его решение о том, что сохранить, а чем поступиться зависит от иерархии его ценностей и, соответственно, мотивов. Процессы биографического мышления разворачиваются, подобно фазам творческого мышления: осознание и принятие проблемы (проблематизация), подготовительная фаза (сбор информации, ориентировка в ней, категоризация и интерпретация), догадка, озарение и проверка решения (здесь -через мысленное его проигрывание с предвидением последствий), доводка его до отчётливого плана действия.

Конечным результатом жизненного выбора является ПОСТУПОК, реализующий принятое решение. Эта последняя фаза имеет практический характер и невозможна без волевых усилий.

Фаза поиска решения тоже требует особых волевых качеств для трезвого объективного анализа собственной жизни и преодоления своих психологических защит. Честность и смелость мысли -- прекрасное качество зрелой личности, необходимое для того, чтобы быть настоящим хозяином своей судьбы.

Реализация жизненного решения в практическом плане приводит к кардинальным изменениям в обстоятельствах и образе жизни личности. Меняется линия её поведения по отношению к окружающим, значимым людям. Совершив существенный судьбоносный поступок, человек проявляет себя максимальным образом и тем самым вызывает к себе отчётливые отношения окружающих. Изменения в структуре или уровне человеческих отношений означают обновление человеческой среды развития для субъекта поступка, возникновение, таким образом, новых обстоятельств жизни.

Но не менее важно, что меняется отношение личности к себе. Правильное решение жизненной проблемы, открывающее новые жизненные перспективы, утверждающее ценности личности, повышает у неё уровень самоуважения, уверенность в своих силах, укрепляет принципы жизни. Поступок открывает самому субъекту его доселе скрытые душевные и духовные потенциалы и тем самым вносит изменения в его самосознание, образ Я. Совершив жизненный выбор на деле, личность по иному видит свою жизнь и намечает новые пути своего развития. После совершения поступка согласно принятому жизненному решению человек не перестаёт думать о сделанном выборе. Он теперь анализирует результаты выбора, сопоставляя их с жизненными планами и целями, и психологической ценой, которой досталась победа. В этих размышлениях о сделанном и пережитом, происходит извлечение уроков жизни формируется

драгоценный жизненный опыт, который вовсе не равен простому количеству прожитых лет и даже событийной их наполненности. Он - продукт внутренней работы личности, в которой главную роль играет биографическое мышление.

Работа сознания приводит к изменениям в системе взглядов, убеждений, мировоззрения, т.е. высших форм направленности личности. Тем самым создаются новые основания для отдельных черт характера и структурных изменениях характера в целом, происходит то, что Б.Г.Ананьев называл строительством личности изнутри. Об этом же писал С.Л.Рубинштейн в "Основах общей психологии": "... внешними событиями и теми внутренними изменениями, которые они вызывают, никак не исчерпывается процесс становления и развития личности. Они закладывают лишь основу личности, осуществляют лишь первую, грубую её формовку; дальнейшая достройка и отделка связана с другой, более сложной, внутренней работой. В которой формируется личность в её высших появлениях" (1, 637).

Таким образом, есть два взаимосвязанных способа развития. Первый, обусловленный объективными событиями среды и повеления, и второй, определяемый относительно автономной работой сознания. Этот второй путь возможен лишь на определённом уровне развития человека, когда он уже стал индивидуальностью в том смысле, который придавал ей Б. Г.Ананьев. Для определённого типа людей этот способ развития является главным.

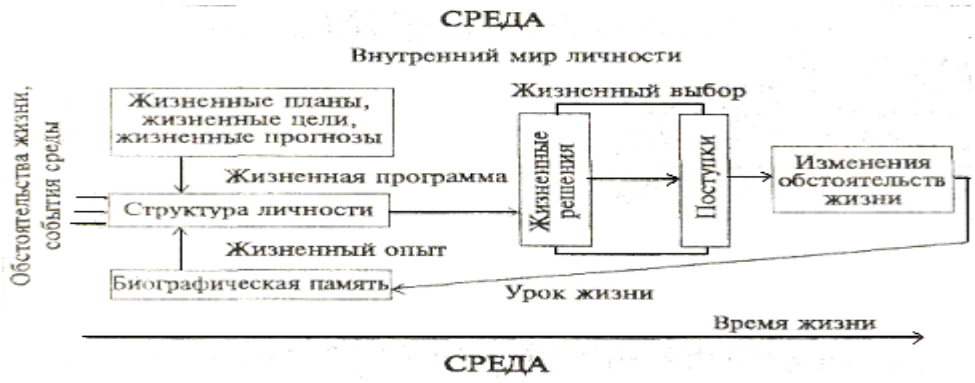
Так. биографы И.Канта обращают внимание на внешне бессобытийную однообразную жизнь великого философа. Он не совершал подвигов, не путешествовал и не пускался в любовные приключения, не был женат и не имел детей. Но кто же будет сомневаться в высоком уровне его личности, в наличии у него оригинального и по-своему твёрдого характера? Каким путём рачвнвалась его личность? Вероятнее всего, путём непрестанной внутренней работы, которая сливалась с его профессиональными **философскими** занятиями. Размышляя над общими проблемами бытия, он строил свою великую философскую систему, но вместе с тем и свое личностное мировоззрение — жизненную философию как основу своего характера.

Биографии великих учёных, писателей, художников доказывают первостепенную значимость для развития их личности процесса внутренней работы сознания, в котором тесно переплетаются профессиональное творчества и построение своей жизненной философии. Это особенно отчётливо проявляется в жизни художника, когда в значительной степени материалом в профессионального творчества является личный жизненный опыт.

Роль сознания и самосознания в развитии личности увеличивается у взрослых людей по сравнению с детьми благодаря

готовности особых механизмов внутренней работы сознания, базирующихся на общем развитии индивида. В самом деле, для эффективной работы сознания необходимы развитые представления, память, речь, мышление. Развитие же этих функций первично зависит от возраста, что хорошо теперь изучено в возрастной психологии и особо в школе Б.Г.Ананьева. Однако возрастной фактор имеет подчинённое значение. Развитость сознания и отдельных его механизмов определяется не только возрастом, но и историей деятельности, поведения, жизнедеятельности в целом. Сознание, таким образом, зависит от истории личности, но ход этой истории во многом программируется творческой работой сознания, преимущественно биографическим мышлением. Тем не менее, сознание не тождественно мышлению, и зависит от влияния защитных механизмов, стереотипов, законов каузальной атрибуции. Их участие в жизненном выборе становится тем более значительным, чем менее развита индивидуальность, чем больше зависимость личности от социальной среды, чем более она конфортна, не самодостаточна, традициональна. Такая личность является в большей степени социальным индивидом, нежели индивидуальность. Она предпочитает строить жизнь согласно социальной программе и не особенно стремится создавать самобытную жизненную программу.

В традиционных обществах такой способ жизни, вероятно, является модальным. Но, что печально, современное цивилизованное общество развитых стран характеризуется стандартизацией образа жизни, заданностью жизненного пути рядовых людей, омассовлением культуры, в том числе и культуры жизни. Судьба индивидуальности и в наше время остаётся драматичной и нередко трагичной из-за неустранимых противоречий между обществом и личностью. Если общество не в состоянии их решить, то остаётся надеяться на творческую нолю самой личности-индивидуальности. Только она сама может правильно соотнести все противоречивые тенденции собственного развития и найти свой уникальный путь саморазвития в конкретном историческом хронотопе.



Глава 7
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВРЕМЯ ЛИЧНОСТИ

"Время есть другое название для жизни" - эта истина рано или поздно осознаётся каждым на собственном опыте Отношение к жизни -- это отношение к времени жизни ограниченному всего лишь несколькими десятилетиями быстролетному и необратимому. В этом коротком временном интерпале человеку предстоит не просто прожить, но выстроить спою жизнь. Как человек распорядиться отпущенным ему лимитом времени? Успеет ли осуществить свои замыслы и жизненные планы? Удастся ли ему совершить самое главное и таким образом осуществиться как личность ? Всё это жизненно важные, экзистенциальные вопросы, которые явно или подспудно тревожат каждого человека. Стать субъектом жизнедеятельности значит стать если и не властелином времени, то умелым его распорядителем и пользователем. Ведь время подчиняется своим объективным законам, с которыми мы вынуждены считаться.

Время существует в разных формах, соответственно уровням материи. Во-первых, есть физическое время. Его мы обычно имеем в виду и уже давно научились измерять. Физическое время фундаментально, по отношению к нему даётся характеристика других форм времени.

Развитие биологии, особенно теории эволюции и онтогенеза, выявило реальность биологического времени как формы существования живой материи. Биологическое время — время существования особи, вида или живой природы в целом. Оно характеризуется длительностью и последовательностью фаз, необратимостью.

В гуманитарных науках изучается историческое время, относящееся к жизни человечества. В нём выделяются отдельные моменты - исторические события и эпохи. Оно также необратимо: историю нельзя повернуть вспять. Каждая историческая эпоха уходит безвозвратно и служит фундаментом -ля последующего исторического развития.

Психологи занимаются психологическим временем, которое зависит от физического, биологического и исторического, но обладает специфическими особенностями. В истории психологии отмечена закономерность интереса того или иного научного направления к определенной модальности времени. Так, гештальтпсихология больше всего занималась настоящим временем: нахождение личности в определённом стимульном поле обусловливает её восприятие и поведение.

Если гуманистическая психология, как уже говорилось, придаёт большое значение будущему, то психоанализ рассматривает поведение личности сквозь призму прошлого, ищет в истории

личности корни её актуальных проблем и невроза. Что касается бихевиоризма, то он акцентирует внимание на прошлом (проблема навыков) и настоящем (зависимость реакции от действующего в данный момент стимула).

Проблема психологического времени в плане возраста человека глубоко осмыслена Б.Г.Ананьевым (1). Он пишет: "Возраст индивида соединяет метрическое и топологическое свойство времени: длительность существования (исчисляемого с момента рождения) и определённость фазы становления — периода развития индивида" (1, 4J). При этом возраст представляет собой сплав натурального и культурного в развитии человека, биологического и исторического времени. Существует глубокое проникновение исторического времени во внутренний механизм индивидуально-психического развития. Б.Г.Ананьев постоянно указывал на значимость исследований влияния социально-экономических факторов и самой эпохи на возрастную изменчивость и своеобразие жизненного пути и в этой связи высоко ценил биографический метод в области психологии развития.

Психологическое время

В психологии человека существует объективное, измеряем время протекания психических явлений. Это время простой сенсомоторной реакции со своей структурой (латентный и двигательный компоненты), время мыслительного решения задачи от постановки вопроса до нахождения ответа. Есть определённость психических состояний и свойств во времени Психика как свойство мозга имеет объективные временные параметры в виде скорости, ритмов, темпа, последовательности фаз психических процессов. Во многом это зависит от свойств нервной системы и типа темперамента.

Объективное психологическое время существует и как время психического индивидуального развития с последовательностью фаз и закономерной их длительностью. Возрастные особенности психики первично зависят от количества прожитых лет, фазы жизни— топологии времени. Психологический возраст может не совпадать с биологическим и хронологическим (паспортным). Так что в один и тот же момент один и тот же человек может состоять в разных возрастах, и половозрелость, например, может сочетаться с умственной и личностной инфантильностью.

Наряду с объективным психологическим временем существует и субъективное, т.е. субъективное отражение временных характеристик материальных процессов в природе, обществе и самом человеке. Это, во-первых, непосредственное ощущение и восприятие временных интервалов типа отмеривания и оценивания сравнительно с эталоном. Психология исследует способность человека ориентироваться во времени, находит её зависимость от свойств

индивида, его сенсорной организации и темперамента. С другой стороны выяснились зависимости оценки времени от заполненности интервалов. Незаполненные отрезки времени воспринимаются более длительными, насыщенные событиями и впечатлениями - короткими. Но в памяти всё наоборот: заполненные интервалы времени вспоминаются как длинные, а незаполненные, скучные, кажутся короткими.

Ориентация человека во времени зависит от знаний о нём и отражается не только непосредственно в восприятии и ощущениях, но и в мышлении. Благодаря мышлению мы имеем представление о глубине исторического и геологического |времени (история Земли), можем думать о бесконечности

времени Вселенной и философски соотносить свою жизнь с историей человечества и вечностью. Таким образом, субъективное время - отражение и ориентация в объективном времени - обеспечивается психическими процессами, начиная от ощущений и кончая мышлением.

В этом круге явлений нас будет особо интересовать субъективное личностное время, или психологическое время личности как отражение в сознании личности её жизненного пути по времени. Конкретная форма представленное™ субъективного психологического времени личности названа Б Г.Ананьевым субъективной картиной жизненного пути (СКЖП) (См. гл. 6).

В терминах времени личность осознаёт свою жизнедеятельность на жизненном пути. При этом она устанавливает связи между событиями жизни, в том числе причинно-целевые, причинно-следственные. Е.И.Головаха и А.А.Кроник, известные исследователи времени личности, определяют его как форму переживания человеком структуры причинных и целевых отношений между событиями его жизненного пути (2, 213). В СКЖП отражаются случившиеся события и обстоятельства жизни, но также находит своё выражение жизненная программа личности, устремленная в будущее, построенная на основе осознания личностью событий и обстоятельств, их влияния на её жизненные планы (3).

Отражение времени жизни имеет явный аксиологический аспект: человек дорожит временем жизни, хочет успеть воплотиться В делах и вкусить все радости бытия. Ценность времени осознаётся в контексте жизненного пути, что влечёт за собой появление практического отношения к времени: временем не только дорожат, им пытаются овладеть, организуя особым образом свою жизнедеятельность. Поэтому в психологии существует точка зрения, согласно которой личностное время — это психотемпоральная организация взрослой личностью своего сознания и самосознания, поведения и деятельности в процессе осуществления жизнедеятельности через определённый способ жизни (4, 5).

Отражение, ценностное отношение и управление временем жизни - необходимые функции субъекта жизнедеятельности Для их осуществления в трех временных модальностях у человека существуют способности памяти о прошлом, восприятия настоящего и воображения, направленного в будущее. Но все три временные модальности поддаются осмыслению в процеесах биографического мышления. Оно интегрирует воспоминания восприятие и воображение, вовлекая в свой поток образы настоящего, прошедшего и будущего. Именно посредством биографического мышления личность определяет свои жизненные выборы, а значит, судьбу.

Психологическое настоящее

Что такое психологическое настоящее? Какое оно имеет значение для жизненного пути в целом? В масштабе жизненного пути настоящее - это отрезок времени, который занят незавершенными еще жизненными делами. Чтобы так осознать временной интервал, надо провести определенную внутреннюю работу по осознанию, а значит, интерпретировать текущие события, с точки зрения жизненного плана и намерений, их последствий в будущем.

Интерпретация настоящего невозможна также вне его связи с прошлым. Иначе говоря, восприятие настоящего зависит от общего контекста жизни. Этот контекст представлен в виде субъективной картины жизненного пути. Она является продуктом осознания жизненного пути, но также и основанием для осознавания, интрепретирования существенных моментов жизни, происходивших в прошлом и имеющих место в настоящем и предвидимых в будущем.

Е.И.Головаха и А.А.Кроник (6) провели интересный опрос испытуемых с целью определения их представления о настоящем времени. Испытуемые назвали 345 событий, из которых 263 (76%) датировались в интервале времени (начало и конец бытия). Из 263 событий большинство имели начало в прошлом, а предполагаемый конец — в будущем, т.е. находились в процессе реализации. У 18% событий начало и конец находились в прошлом, а у 4% - в будущем.

Была также установлена длительность событий, измеряемая разностью конечной и начальной дат. Выяснилось, что 62% событий, по мнению испытуемых, длятся более месяца, а 40% -годы и десятилетия. Но были и события, длительность которых составляла менее часа (7%), менее суток (10%), менее недели (13%), менее месяца (8%). Таким образом, субъективное настоящее весьма вариативно по длительности - от минут до десятилетий.

При соотнесении настоящего с жизненным, а то и более широким, историческим контекстом у людей с более или менее развитым чувством истории работает своеобразная установка на упоминание текущего события, сохранение свидетельств о нем для себя и

потомков. Тогда мы прибегаем к таким средствам запечатления, как специальная организация восприятия с установкой на запоминание события, ведение дневниковых записей, фотографирование и киносъемка на память и т.п. Эти средства позволяют лучше связать прошлое с будущим и построить более адекватную субъективную картину и концепцию жизненного пути. Есть и другой смысл такого восприятия настоящего -историческое засвидетельствование былого, которое важно не только для самого субъекта жизни, но и других людей, новых поколений.

Психологическое прошлое

Можно выделить две самые общие формы существования психологического прошлого. Во-первых, время, застывшее в структуре личности. Например, знания, умения, навыки -структурное воплощение истории деятельности субъекта, а характер - истории социального поведения в определённых социальных отношениях. Во-вторых, прошлое сохраняется в сознании благодаря памяти. Речь идет о биографической (автобиографической) памяти (См. гл. 6).

Наряду с понятием биографической памяти есть более общее гомологичное понятие -- эпизодическая память, которую противопоставляют семантической. Если последняя направлена на сохранение информации в знаковой форме, то первая имеет дело с информацией в образной, живой и контекстной форме, относящейся к фактам, случаям, которым мы были свидетелями, которых мы видели воочию и пережили лично. Не все из этих случаев имели отношение к нашему жизненному пути, но среди них бывают и такие, которые имеют биографический характер являются событиями и впечатлениями жизни.

Психологическое прошлое в форме биографической памяти постоянно привлекается субъектом в процессах анализа и планирования жизни. Память участвует в актуальной внутренней работе индивидуальности и имеет значение для сохранения тождества личности во времени. К.Д.Ушинский писал: "...память есть история души, и притом история не протекшая, но всегда настоящая. Всё, что сохраняется памятью, имеет всегда влияние на душу и принимает такое или иное участие в её деятельности. У души в строгом смысле слова нет прошедшего; всё её прошедшее живо в её настоящем, и отдалённейшее событие нашего детства не есть дело, сданное в архив, ...а всегда живой член нашей настоящей деятельности" (7, 270).

Характер прошлого опыта, его дифференцированость и структурированность, осознанность и модальность влияют на процесс жизнедеятельности. Важно ещё раз отметить, что психологическое прошлое не является застывшим. Оно преобразуется в сознании личности не один раз в зависимости от

возраста, но ещё более в зависимости от новых жизненных событий и обстоятельств. Каждый раз человек более или менее по-новому артикулирует прошлое и весьма избирательно относится к нему, позволяя или не позволяя отдельным воспоминаниям участвовать в определении жизненного пути в настоящем отрезке личностного времени, влиять на планирование и программирование собственного будущего.

Психологическое будущее

Для представления будущего времени жизни в субъективной картине жизненного пути субъект обладает способностями воображения-антиципации. Как известно, воображение в большей степени направлено на будущее. Эта особенность выражается в таких формах, как мечта, цели жизни, жизненные планы и предвидения. Люди различаются по протяженности будущего времени в составе СКЖП, его структурированности, активности (в смысле влияния на жизнедеятельность в

настоящем). Иные отличаются сильной устремленностью в будущее, которая сочетается прямо-таки пугающей прозорливостью. Но немало и таких людей, которые не видят ничего определенного далее завтрашнего дня — живут одним днем.

Психологи-персонологи давно обратили внимание на роль будущего в жизнедеятельности личности. Наличие целевых структур признается условием нормального, здорового развития личности на жизненном пути. Отсутствие таковых невротизирует личность, обретение оздоровляет.

Отсутствие целей и жизненных планов, смутность представления о собственном будущем связано с дефектами развития личности, с неблагоприятными, а то и трагическими обстоятельствами жизненного пути. Так, в диссертации Тхай Чи Зунга, выполненной под руководством Е.Ф.Рыбалко (ЛГУ-СпбГУ) (9), в том числе изучались особенности психологического времени у вьетнамцев-инвалидов войны в возрасте 30-40 лет. Обнаружено, что настоящее и будущее переживается инвалидами по сравнению со здоровыми людьми значительно менее насыщенными событиями. Их средний психологический возраст больше, чем у здоровых сверстников. В каузограммах инвалидов меньше представлены потенциальные события, относящиеся к будущему.

С другой стороны, для интенсивно развивающейся личности, как показано Тхай Чи Зунгом на примере изучения школьник характерна оптимальная субъективная картина жизненного пути Последняя отличается адекватным осознанием значимое событий жизни, незначительным занижением психологическом возраста, продолжительной временной перспективой, которая должна к тому же быть реалистичной, оптимистичной согласованной, четко

дифференцированной.

В исследовании В.С.Хомика (10) изучались особенности переживания и осознания времени юношами, склонными ранней алкоголизации. У них наблюдается деформация субъективной картины жизненного пути, "расщепление" прошлого, настоящего и будущего времени. В картине будущего доминируют краткосрочные цели. В случаях ранней алкоголизации происходит дезактуализация настоящего (люди не иеннт настоящее время жизни). Психологически эти девианты чувствовали себя старше своего хронологического возраста.

В чём-то сходную картину выявил Р.А.Ахмеров у инвалидов (3). Как оказалось, инвалиды отличаются неспособностью обозревать далёкую жизненную перспективу (у них "биографическая близорукость", по выражению Р.А. Ахмерова, их жизненные программы менее продуманны, негибки, содержат сравнительно небольшое количество причинно-целевых связей между событиями. Автор приходит к мнению, что чем дальше человек способен заглянуть в своё будущее, тем больше у него выражены жизнетворческие способности.

Интеграция трех временных модальностей и биографическое мышление

Наивысшим и интегральным процессом психического отражения является мышление. Его место в структуре сознания и интегрирующая функция сохраняются относительно отражения времени жизни. Интеграция всех временных модальностей, а значит и процессов памяти, воображения-восприятия и других психологических механизмов происходит в процессах мышления. Мышление служит средством адекватного отражения времени жизни во всех его модальностях, средством преодоления защит памяти (вытеснение), восприятия (перцептивная защита), воображения (иллюзии относительно будущего).

В сознании возможна обратимость времени. Благодаря мышлению, памяти и воображению субъект может перенестись в давнее прошлое и заново пережить его или посмотреть на сегодняшний день, с точки зрения будущего, или поместить его в прошлом. Свободное путешествие во времени возможно в нашем сознании, и эту способность психолог В.И.Ковалёв назвал трансспективой (11). Этот механизм является конкретным проявлением биографического мышления и даёт возможность предвидения будущего (перспектива), возвращения к прошлому (ретроспектива) и обзора настоящего (можно назвать её актуалспективой).

Временной аспект биографического мышления проявляется в отражении событий собственной жизни в контекстах биологического и

исторического времени, в масштабах онтогенеза и истории общества. В этом отношении по-новому выступает значимость исторических знаний для личности, её гуманитарная образованность. Формирование на уроках истории и стихийно при чтении исторических романов и просмотре исторических фильмов, знакомстве с изустными преданиями представлений и понятий об историческом времени становится средством развития исторического и вместе с тем биографического мышления личности. То, что было усвоено, пережито, понято из большой истории становится составной мастью собственной — малой - истории личности, включается ею в субъективную картину жизненного пути.

Для здоровой личности характерна полная структура психологического времени, когда человек в своём сознании воспроизводит прошлое, настоящее и будущее. В психологии и философии высказывались мысли о том, что для оптимального развития личности полезно сохранение в зрелости возрастных особенностей предшествующих фаз жизни. Русский философ XX века П.А.Флоренский писал: "Секрет творчества — в сохранении юности. Секрет гениальности - в сохранении детства, детской конституции на всю жизнь..." (12, 128). (Эта идея нашла подтверждение в исследованиях возрастного аспекта Умственной одарённости, в частности, в работах Н.С. Лейтеса).

Успешность ориентации п прошлом, настоящем и будущее выражается в своевременности жизненных решений и поступпков личности. Даже самое логически правильное решение не выполнимо и бессмысленно, если оно принято слишком поздно или рано. На своевременность, как характеристику субъекта жизни, обратила внимание К.А.Абульханова-Славская в своих работах 80-х годов. Но ещё до этого вопрос о своевременности возникал в возрастной психологии и педагогике при обсуждении проблемы сенситивных периодов индивидуального развития Действительно, педагогические воздействия будут успешными если они приурочены к определённым возрастным состояниям воспитуемых, учитывают зону их ближайшего развития, возрастные возможности и ограничения, и потому своевременны.

В плане жизненного пути личности своевременность определяется путём соотнесения жизненных планов с перспективами возрастного развития, с тенденциями в социальном развитии макросреды и отношений в микросреде. Своевременность жизненных решений, шагов - это как бы попадание в ритм объективных событий, в том числе исторических. Последнее означает, что субъект жизни должен обладать развитым чувством истории, чтобы улавливать подходящие для активного действия исторические моменты.

Другой аспект обращения со временем жизни связан с учётом личностью ограниченности временного ресурса. Времени всегда не

хватает, его надо экономить, планировать и распределять. Вместе с тем от личности зависит ускорение ритма собственной жизни и её окружающих. Создавая насыщенную событиями жизнь, вовлекая в эти события других людей, она интенсифицирует жизнь и как бы ускоряет ход времени. Такая способность возникает у развитой личности, которая Б единицу времени делает большой объем работы, реализует большее количество целей. Развитие способностей (трудоспособности, работоспособности, интеллекта, специальных способностей) означает, таким образом, потенцирование времени. Так что в процессе актуализации этих потенциалов происходит его экономия.

Понятие потенцирования времени предложила К.А.Абульханова-Славская (13). Оно по-новому освещает проблему способностей и указывает пути развития механизмов регуляции жизнедеятельности во времени. Человек с развитыми механизмами такой регуляции становится компетентным по времени (А.Маслоу).

Распоряжение временем жизни зависит от направленности личности. Личность сама решает, на что ей тратить время жизни, какие планы реализовать в первую очередь, куда направить максимум усилий в данный момент времени. Отношения ко времени связано со смыслами деятельностей и смыслом жизни, как он понят личностью. Отсюда проистекают различия в организации жизни во времени.

В.И.Ковалев выделил четыре типа личностной организации времени (14).

Первый тип - **обыденно-ситуативный**. Постоянно озабочен, суетлив, его состояние зависит от обстоятельств. Всегда занят, но не выделяет главной жизненной линии, дальних целей. Живёт попседневными .заботами, решает текущие рутинные задачи жизнедеятельности. Этакая "Пчела".

Второй тип - **функционально-действенный**. Бодр, подтянут, деловит. Но его активность в большой степени разворачивается в рамках социальной роли и задана функционально обществом. Самоуверен или зависим но обстоятельствам. Хорошо распределяет время при выполнении социальных функции, но не соотносит эти функции с собственной жизнью в целом, не задаётся вопросом, есть ли в его активности глубокий жизненный смысл. Это не рефлектирующий "Прагматик".

Третий тип - **созерцательно-рефлексивный.** Контрастирует со вторым и первым тем. что живёт внутренней жизнью. Здесь возможны два варианта. Первый, когда внутренняя жизнь замыкается полностью в себе, плохо соотносится с л пешней жизнью и теряет сколь-нибудь серьёзное содержание, так как не отражает реальной жизни, не сказывается на её реальном процессе. Можно о нём сказать: "Мечтатель" (герой из "Белых ночей" Достоевского хороший

пример этого типа). Второй вариант этого тина отличается творческим, самостоятельным характером внутренней жизни, но малой социальной активностью. Он самоуглублён, глубокомыслепен, нетороплив, наблюдателен, внешне мало выразителен. Много думает, правильно отражает жизнь, но мало действует. Назовём его "Созерцатель".

Четвёртый тип — **сознательно-преобразующий.** Наиболее динамичен, хорошо ориентируется п жизненных обстоятельствах, выделяет п них главное и использует в своих целях. Понимает смысл жизни и стремится жить в соответствии с ним. Ему присуща увлечённо-энергичная манера деятельности п решаюших жизненных ситуациях. Умеет сохранять избранную линию жизни, несмотря на давление жизненных обстоятельств. Он "Хозяин судьбы".

Организация времени жизни, возможно, связана с тем, что мы называем временными предпочтениями личности. Есть люди, в своих жизненных решениях и в общей динамике внутренней жизни ориентированные на прошлое, другие - на будущее, третьи - на настоящий момент*. Имеются некоторые основания предполагать, что та или иная ориентация, во-первых зависит от возраста, во-вторых, носит типологический характер и связана с особенностями структуры личности.

Так, в одном исследовании петербургского психолога П.И.Яничева среди старшеклассников и студентов выявлено 20% тех, кто ориентирован на прошлое. Этот тип ориентации коррелирует с тревожностью, низким эмоциональных самоконтролем, подчиненностью. Ориентация на настоящее обнаруженная у 30% испытуемых, связана со стабильностью и реалистичностью личности. Ориентация на будущее (50% испытуемых) коррелирует с высоким самоконтролем самоорганизацией, независимостью. Таким образом, соотношение времен в субъективной картине жизненного пути зависит от структурных особенностей и уровня развития личности.

Есть данные о возрастной изменчивости соотношений в сознании личности прошлого, настоящего и будущего. Согласно Т. Коттлу (T.Cottle) с переходом от детства к зрелости возрастает доля прошлого и будущего в сознании личности. В зрелости время будущего примерно равно прошедшему времени. Двадцатилетние испытуемые имеют диапазон будущего в три раза больший, чем прошлое по сравнению со зрелыми людьми (приводится по (6)).

Способность к организации времени жизни меняется с возрастом по мере развития личности. В детстве она минимальна, и ребёнок подчиняется режиму и социальному расписанию жизни в большей степени, чем распоряжается своим временем самостоятельно. В зрелости организация времени жизни зависит от личности, но в производственной и общественно-политической сферах это происходит в тех пределах, которые позволяют ей её статус и

социальные функции.

Наибольшей самостоятельности человек достигает npt организации своего свободного времени, но и тут есть немало ограничений, связанных с финансовой обеспеченностью у здоровьем. Пенсионеры в развитых богатых странах имеюп широкие возможности для самоорганизации времени жизни. будучи материально независимы и свободны от выполнения многих функциональных обязанностей. Однако и для них неизбежна проблема сокращения будущего времени жизни, что может лишать смысла какую-либо деятельность старика при определённом отношении к ценностям жизни и собственной смерти.

Обессмысливание жизнедеятельности у старых или молодых людей приводит к экзистенциальной фрустрации. Обращённая в прошлое экзистенциальная фрустрация переживается как напрасно прожитая жизнь. По отношению к настоящему - как чувство безысходности, опустошённости. Сеть и фрустрация будущего, когда блокируются цели, и человеку кажется, что его жизнь кончена (16).

Эти состояния исследовал Р.А.Ахмеров в контексте биографических кризисов (3). Биографический (жизненный) кризис - острая неудовлетворенность личности собственной жизнью, её продуктивностью. Последнее выражается в чувстве бесперспективности, когда человек не видит жизненной перспективы, чувстве опустошённости (переживание исчерпанности сил, отсутствия стимула к жизнедеятельности), нереализованности (чувство напрасно прожитых лет).

Справиться с экзистенциальными фрустрациями и биографическими кризисами легче удаётся зрелой личности с чувством ответственности, сильной волей и развитым биографическим мышлением. Важно, что преодоление трудностей на жизненном пути зависит от жизненной философии, на основе которой личность находит особые техники бытия" (Г.Томэ), иначе говоря вырабатывает индивидуальный стиль поведения в жизненных испытаниях. В общем, кризисы преодолеваются людьми, ставшими индивидуальностью, в том смысле слова, какой ему придавал Б. Г. Ананьев.

Глава 8
ЛИЧНЫЕ ДОКУМЕНТЫ КАК ИСТОЧНИКИ БИОГРАФИЧЕСКОЙ ИНФОРМАЦИИ

Основным источником биографической информации является сам изучаемый человек. Его биографические высказывания оформляются в личных документах. Личные документы - дневники, письма, жизнеописания - поставляют значительную долю биографических данных.

Н широком смысле слова источником биографической

информации является всякий предмет, документ, текст, человек, свидетельствующие о каком-то событии. Всеобъемлющее источниковедение не всегда возможно и целесообразно из-за плохой сохранности текстов, труднодоступное™ отдельных источников, трудоёмкости и дороговизны изучения большого их числа, дефицита времени. Если историк изучает биографию пеликого человека, то психолог сосредоточивается, как правило, на рядовых современниках. Поэтому они сами могут дать большую долю **биографической** информации непосредственно в общении с исследователем, а не только через спонтанные тексты.

Существует классификация биографических источников в литературоведении, исторической науке, но её нет в психологии. Учитывая специфику психологического исследовании, мы установил и четыре группы источников. Две из них продуцируются самим изучаемым человеком: 1) его свидетельства о себе (автобиографические источники) и 2) продукты его деятельности, произведения. Две другие группы источников, продуцируются окружающими: 3) официальные документы о личности и 4) свидетельства тех, кто лично знал и наблюдал изучаемого человека в различных ситуациях и периодах его жизни.

1. Автобиографические источники

а) Дневники

Дневники — спонтанный, т.е. не заказной личный документ, их ведут по внутреннему побуждению. В дневниках содержатся сведения о текущих событиях жизни. Записи делаются под непосредственными впечатлениями, поэтому в дневниках нет искажений из-за забывания. Мотивы ведения дневника различны, но они усиливаются в переломные моменты жизни когда человек хочет осмыслить свою судьбу и свою личность Не случайно наибольшее количество дневников написано в юности - возрасте личностного самоопределения.

Ограничения на использование дневников в науке объясняются труднодоступностью дневников; малой их репрезентативностью (как правило, дневники пишут люди особого склада — образованные, впечатлительные и склонные к рефлексии, да ещё в определённые возрастные периоды и исторические моменты); контекстным характером записей -они не всегда понятны постороннему. Дневниковые тексты драматизируют жизнь, им свойственна субъективность, категоричность оценок, включение непроверенных фактов, сиюминутных суждений.

Оценивая достоверность дневников, надо учитывать, что человеку трудно описать свои переживания. Кроме того, существуют вкус, моральные запреты, тем более, что в глубине души многие

авторы опасаются или надеются на то, что их дневниковые записи будут прочитаны посторонними.

Несмотря на указанные недостатки дневники используются в психологии и дают уникальную психологическую информацию в плане изучения возрастных особенностей и внутреннего мира личности-индивидуальности (См. гл. 3).

б) Письма

Они используются в психологии чрезвычайно редко. Главной причиной тому является их труднодоступность и плохая сохранность. Но в истории и литературоведении, искусствоведении, науковедении письма выдающихся людей специально хранятся, коллекционируются и изучаются, психологии почти нет опыта создания фонда личных документов простых людей. В России этим занимался Н.АРыбников, в Австрии — Шарлотта Бюлер и её научный коллектив (См. гл 3).

Особенностью писем является их адресованность другому человеку. В них содержатся факты повседневной жизни автора, сведения о его психологических состояниях, суждения с современных событиях, объяснения своих поступков. По переписке можно судить о заочных личных связях и получить более полное представление о круге и характере общения человека.

Письма весьма контекстны — в них не раскрываются отдельные намёки и имена, то, что хорошо известно адресату. Чтобы понять письма, надо представлять отношения между корреспондентами. Письма эпизодичны, они прерывисто отражают жизненный процесс.

В письмах творческого человека находят комментарии к его произведениям, творческие замыслы, изложения политических, художественных взглядов автора, беглые, выразительные очерки характеров современников и многое другое, раскрывающее внутренний мир художника и его среду. Вот почему опубликованные письма выдающихся деятелей так интересно и поучительно читать.

Самым знаменитым примером научного изучения писем в психологии является работа А.Болдуина, который на основе писем одной женщины за 11 -летний период её жизни представил структуру личности их автора, так называемые "письма Дженни" (1).

Суть его метода состояла в следующем.

1) письма классифицировались по периодам жизни, а их текст разбит на отдельные эпизоды;

2) были выделены категории содержания текста — "темы" (всего 15 тем);

3) подсчитывалось количество упоминаний "темы" в письмах;

4) подсчитывалось общее количество совместного упоминания "тем" внутри каждого эпизода, при этом было сделано допущение, что любые две "темы", которые обсуждаются в одном эпизоде

считаются связанными в сознании автора;

5) значимость связей между "темами" проверялась по статистическому критерию.

в) Автобиография

Автобиографический характер присущ всем личным документам, так как в них человек повествует о лично пережитом. Но есть собственно автобиография последовательное, связное письменное изложение воспоминаний, воссоздающих как внешнюю, так и внутреннюю его жизнь год за годом. Они бывают спонтанные, т.е. написанные независимо от исследования и его целей, и провоцированные, созданные по заданию исследователя. Направляющее воздействие исследователя различно. Это может быть просто заказ на автобиографию или же составление вопросов для её написания. В последнем случае мы имеем структурный вариант автобиографии, который чаще применяется в прикладных исследованиях. В руководствах по методологии и методам психологии встречается мнение о том, что лучше, не сковывая изучаемого жёстким кругом вопросов, всё же направлять его воспоминания в нужное русло.

В зависимости от целей и задач исследования изучаемого человека просят сделать всестороннее жизнеописание (полную автобиографию) или осветить какую-либо одну сферу жизни (тематическая автобиография). В социологии иногда собирают автобиографии людей, переживших одни и те же исторические события, имеющих сходный жизненный опыт. В этих случаях получают так называемые биограммы.

Автобиографии различаются по содержанию: в одних преобладают сведения об объективных событиях и обстоятельствах, в других акцентируются переживания, оценки, мотивировки, самохарактеристики по периодам жизни. В этом разнообразии выделяются автобиография-хроника, автобиография-самооправдание, исповедь, самоанализ.

Характер повествования зависит от инструкции и от личности изучаемого. Есть люди, склонные к размышлению над собственной жизнью. Они имеют мнения об основных фактах и факторах собственного жизненного пути, о причинных связях между событиями и изменениями в своем характере. Они обладают вполне сложившейся субъективной картиной жизненного пути, которая в подходящий момент объективируется в письменном изложении или устном рассказе.

Процесс воспоминания у них протекает легче, чем у людей противоположного склада, неискушённых в самоанализе и самонаблюдении. Автобиографии последних бедны, с точки зрения психологии, в них отражены лишь факты-даты, но почти отсутствуют

сведения о переживаниях, бывших в связи с различными событиями жизни. "Наивные" реконструкции более объективны, однако психологи предпочитают работать с людьми, способными к самонаблюдению, которые в состоянии как бы заново пережить прошлое, описать внутреннюю жизнь, мотивы поступков, давнишнее восприятие фактов жизни.

Дневники, письма, спонтанные жизнеописания создаются не для научных целей. Исследователи могут заполучить интересующие их личные документы, организуя конкурсы автобиографий или дневников, побуждая людей передавать свои личные документы в научные архивы.

Реконструкция прошлого — это не простое воспроизведение, но построение картины жизни. При этом имеют место отбор фактов, акцентирование тех из них, которые кажутся более значимыми (обычно это драматические ситуации, яркие события и впечатления). Историческая ретроспектива жизненного пути меняется с течением времени. В памяти личности преобразуется масштаб событий, переосмысливается их значение. Дело в том, что изменение концепции жизненного пути отражает объективное изменение значимости факторов биографии: некоторые из них перекрываются влиянием более поздних событий, создаётся новая структура генетических связей.

Жизнь человека является целостным, закономерным процессом и как таковая отражается в индивидуальной концепции жизненного пути. Автор воспоминаний стремится представить свою жизнь как внутренне связную, закономерную. Он идёт на упрощения ради целостности картины жизни. Избегая противоречий в изложении, он может умолчать о противоречиях в жизни, в мотивах и поведении. Вспоминая, человек часто своё поведение в прошлом объясняет с позиций сегодняшнего Я, Как уже говорилось в главе 6, бывают искажения прошлого из-за стремления литературно подать его. Всё это говорит о субъективизме автобиографии, поэтому психолог не должен полностью доверяться изучаемому в деле познания его жизненного пути и структуры личности. В связи со значительной концептуализацией некоторых автобиографий возникает опасность следования на поводу у автора. Эти недостатки могут быть отчасти сняты в устных воспоминаниях полученных путём биографического интервью.

г) Биографическая интервью (беседа)

Содержание интервью мало отличается от автобиографии Основой здесь также являются воспоминания, а темы беседы аналогичны темам автобиографии. Исследователь направляет сам беседу в нужное русло, уточняет неясные детали, в некоторой степени следит за правдивостью воспоминаний (например,

сопоставляя факты), за эмоциональными реакциями в ходе рассказа, которые свидетельствуют о значимости отдельных событий. Непосредственность устных воспоминаний оказывается их достоинством в целях понимания отношений личности к разным сторонам действительности, своему внутреннему миру и поведению. Чтобы полнее использовать достоинства интервью, следует его стенографировать или сделать звукозапись на диктофоне.

Особенностью и недостатком интервью является его трудоёмкость и длительность. Беседы проводятся в несколько приёмов (примерно по полтора часа). При их проведении руководствуются общими правилами интервьюирования и используют приёмы доверительного общения. При этом полезно задавать вопросы на основе знакомства с личным делом и автобиографией изучаемого, уточняя и дополняя картину событий. В тех случаях, когда респондент испытывает затруднения в воспоминаниях, ему можно напомнить даты, взятые из личного дела, каких-либо официальных документов.

В нашем монографическом исследовании жизненного пути изучаемые (студенты) должны были написать автобиографию, а затем беседовать с психологом по его плану, при этом требовалось датировать упоминаемые факты из личной истории. Пункты плана автобиографического изложения и интервью были следующими:

1. Характеристика родительской семьи.

Средний доход, уровень жизни, жилищные условия, уровень образования членов семьи.

Психологическая атмосфера, взаимоотношения в семье. Основные события семейной жизни.

2. Общение.

Характеристика друзей, значимых других.

3. Организации и группы.

Участие в различных организациях, общностях. События из жизни города, страны, мира, которые запомнились.

4. Характеристика учебной деятельности.

Любимые и нелюбимые предметы. Уровень успеваемости. Отношение к учебным заданиям. Знакомство с научной, научно-популярной и справочной литературой.

5. Интересы и увлечения.

Характеристика чтения (объём и репертуар) в разные периоды жизни. Любимые произведения и персонажи, переживания по поводу прочитанного. Памятные фильмы, спектакли, выставки. Участие в различных кружках. Интересы и чтение в области профессиональных занятий.

6. История выбора специальности.

Были ли пробы до окончательного выбора? Каналы и источники информации о профессия. Что определило око!гчательный выбор?

7. Ход физического развития.

Перенесённые заболевания, общее состояние здоровья в раз!гые периоды жизни.

В моём опыте на одного изучаемого уходило 5 часов в среднем и давало в среднем 1127 предложений.

д) Биографические анкеты, опросники

Психологи, изучающие современников, не ограничиваются традиционными видами автобиографических источников. Они также используют биографические опросники-"инвентари". особенно для массовых обследований, автобиографические анкеты, в которых хорошо отражены объективные факты жизненного пути, особенно по линии социализации. Особенностью биографической анкеты является её развёртка во времени, требование датировки событий и других фактов.

В разработанной нами биографической анкете содержались такие разделы:

1. Ступени социализации: детский сад - школа - вуз - работа;
2. Общественная деятельность и членство в организациях;
3. Среда развития: места жительства, учёбы, путешествия;
4. Интересы и любимые занятия;
5. Болезни, перенесённые в разные возрастные периоды. К среднем на нашу анкету изучаемые тратили по 70 минут.

Отдельные аспекты жизненного пути могут быть выявлены с помощью парциальных методик — разных по форме биографических высказываний, а также графических способов отображения структур жизненного пути во времени. Эти методики изобретают исследователи применительно конкретным задачам, исходя из собственного понимания природы жизненного пути и его субъективной картины. О них пойдёт речь в следующей главе.

Объективную проверку самоописаний можно проводить на основе знакомства с продуктами, результатами деятельности человека. Для этого необходимы праксиметрические методы.

2. Продукты деятельности как источники биографической информации

Анализ произведений — главный элемент научной биографии писателя или учёного. В психологии имеется опыт изучения произведений с целью реконструкции по ним личности автора. Психоаналитики надеялись найти прямые аналогии между сюжетом, фабулой, системой образов литературных произведений и биографией писателя.

Например, Х.Г. Мак-Гарди провел анализ всех 13 романов английского писателя Д.Х.Лоуренса и показал соответствие жизненного пути писателя и преобразований типов его литературных

персонажей. Автор этого исследования предложил и провел следующую процедуру анализа литературных произведений: чтение всех романов писателя, выделение основных типов персонажей, кодирование их личностных свойств так, чтобы каждый из них мог быть описан своей формулой, размещение формул персонажей в хронологической таблице в соответствии с датами создания романов, определение связей между количеством определённых типов персонажей и переменами в личной биографии писателя Лоуренса (2).

Письменные произведения современного человека — самые распространённые продукты его деятельности. Они демонстрируют уровень развития интеллекта, эрудицию, характер, отношение к делу, интересы и некоторые другие особенности личности. Важно также узнать о фактах общественного признания творчества данного человека (награды, участие в конкурсах, выставках), что также повышает объективность оценки его уровня развития и свидетельствует о событиях его жизни.

В старом исследовании Ф.Олпорта и других соавторов (4) студенты писали сочинения на заданные темы. Эксперты по стилю анонимных сочинений угадывали принадлежность их авторам. В 50% случаев им это удалось. Таким образом было доказано, что простое студенческое сочинение достаточно индивидуально, чтобы выразить личность автора.

3 Свидетельские показания

Воспоминания современников сходны с автобиографическими источниками (да они и есть таковые по происхождению), но они относятся к описанию другого человека, а не автора. Восприятие и понимание другого зависит от личности свидетеля. Личность одного и того же человека выглядит по-разному в мемуарах современников. Тем не менее, в них содержатся объективные факты и характеристики, которые повторяются в воспоминаниях разных людей. Инвариантное содержание более объективно и его можно извлечь из системы показаний, В нашем биографическом исследовании выяснилось, что свидетелям труднее было вспомнить конкретные факты из жизни изучаемых, но легче изложить своё обобщённое мнение о них.

При использовании свидетельств современников как источника биографической информации следует знать, что чем меньше промежуток времени между событиями и его письменной фиксацией, тем выше достоверность фактов; чем реже автор воспоминаний встречался с "персонажем", тем точнее он запомнил встречи и разговоры с ним; менее значительные по содержанию беседы передаются точнее, чем выдающиеся высказывания; к свидетельским показаниям профессиональных рассказчиков надо относиться более

осторожно, чем к "наивным" свидетельствам (4,)).

В нашем исследовании была разработана методика для целенаправленного сбора устных и письменных свидетельств от родителей изучаемых лип -"Опросник для матери". В нём. в частности, задавались вопросы:

Какие были жилищные условия в семье?

Случалось ли кому-нибудь из членов семьи тяжело болеть?

Часто ли вы, родители, наказывали вашу дочь?

Приходилось ли вам всей семьёй проводить летний отпуск?

Где и когда?

Были ли общие любимые занятия в семье?

Если да, то какие?

Какое участие в воспитание дочери принимал отец?

Любил ли он заниматься с ней или предпочитал не вмешиваться в её воспитание?

Заведено ли в вашей семье рассказывать друг другу о своих делах?

Любите ли вы рассказывать детям случаи из собственной жизни?

Часто ли к вам приходили гости? Кто эти люди?

Много ли было у дочери подруг и товарищей - до школы, в младших классах, л другие периоды жизни?

Дружили ли между собой ваши дети?

Довольны ли вы были школой, где училась дочь?

Нравились ли вам её школьные учителя?

Холили ли вы, родители, в школу по собственной инициативе узнать делах и учёбе дочери?

Вспомните случаи, когда ваша дочь самостоятельно принимала решения даже вопреки вашему пожеланию и совету

Можете ли вы сказать, какие неудачи были в жизни дочери?

Какие у дочери были любимые занятия в детстве?

Сколько примерно времени она тратила на выполнение домашних заданий учителей ?

Какие у неё были домашние обязанности, охотно ли она их выполняла?

4. Официальные биографические документы

В комплексную процедуру биографического метода обязательно входит изучение официальных документов личности, в которых зафиксированы и заверены должностными лицами основные социально-значимые даты её жизни. Вследствие этого сведения из официальных документов рассматриваются как более объективные и достоверные. Большим преимуществом официальных документов является относительно хорошая сохранность, они поэтому используются в качестве опорных пунктов при сравнительном анализе всех источников.

К данному виду документов относятся свидетельство о рождении, образовании, браке, документы о правительственных Haj-радах и других поощрениях, справки о доходах и составе семьи, личные листки кадровых служб и характеристики с мест учёбы или работы.

В официальных документах нет информации о внутреннем мире человека, но содержатся, как правило, точные даты. Сам изучаемый при написании автобиографии нуждается в опоре на точные сведения, поэтому официальные документы способствуют упорядочиванию воспоминаний и стимулируют их процесс.

Надёжность и валидность биографических источников

В виду известного субъективизма личных документов не раз вставал вопрос об их достоверности, надёжности и валидности.

Достоверностью биографических источников будем считать подлинность документов, принадлежность их определенным

лицам, которые были реальными участниками описываемых событий и имеют личные воспоминания о них.

Надёжность биографического метода понимается как согласованность оценок, предсказаний относительно личности и поведения изучаемого, сделанных разными экспертами на основе одного и того же комплекса полученного биографического материала.

Валидностъ биографического метода есть соответствие предсказаний экспертов, сделанных на биографическом материале, реальному поведению изучаемого в жизненных ситуациях или ответов на тестовые задания.

Надежность биографического метода возрастает при использовании количественных показателей, например, индексов контент-анализа. Достоверность метода повышается, если будут учтены мотивы создания личного документа, закономерности биографической памяти, закономерности общения исследователя и изучаемого.

В связи с вопросами научности биографического метода подчеркнём ещё раз необходимость полной теоретической основы метода и ясной теоретической позиции исследователя, чтобы, как писал Жан Пиаже, "преодолеть неопределённость метода ... отточенностью своей интерпретации" (5, 49).

Важнейшим средством повышения его научности по всем критериям является комплексность процедуры биографического исследования, т.е. использование не одного, а многих частных методов, видов личных документов, а также сравнительный анализ данных всех биографических источников.

Глава 9
Полная процедура биографического метода для изучения индивидуальности

Биографическое исследование индивидуальности наиболее выявляет природу самого биографического метода. Процедура метода – последовательная развёртка соответствующих частных методик исследования – включает не только описанные выше личные документы, в которых жизнь отражена целостно и в большом диапазоне времени. Есть и другие, аналитические техники, высвечивающие отдельные стороны или моменты биографии личности. Их можно назвать квазиэкспериментальными, поскольку они стимулируют разные по форме биографические высказывания, позволяющие квантифицировать биографические данные.

В этой главе речь пойдёт о конкретном опыте изучения индивидуальности биографическим методом, когда используются разнообразные методики сбора , упорядочения, обработки, описания и интерпретации биографической информации о конкретном человеке. В моем опыте в основном это были молодые люди, студенты-психологи, но также зрелые и пожилые, с которыми я проводила более или менее полную биографическую процедуру[1].

Биография составляет важную часть информации об индивидуальности при комплексном её изучении. Другая часть состоит из психодиагностических и экспериментальных данных об изучаемом. Синтез всего разнородного психологического материала об одном человеке оформляется в виде психографии (или «изучение случая»- case study). Биография при этом раскрывает генезис индивидуальности и даёт материал для дополнения и подтверждения выявленной другими методами её структуры.

В психологии известны опыты психографии. В школе Б.Г.Ананьева под его руководством психографией занималась Н.М.Владимирова. Она проводила свод данных о конкретных людях, которые всесторонне изучались в комплексном психологическом исследовании (2,3). Синтез разнородного психологического материала об индивидуальности остаётся проблематичным, и метод психографии нуждается в дальнейшем развитии.

Процедура сбора биографических данных об индивидуальности

Для монографического изучения индивидуальности и её жизненного пути необходимо, чтобы изучаемые осознанно пошли на сотрудничество с психологом-биографистом и согласились бы стать экспертом своей жизни. Поэтому психолог проводит предварительные разъяснения и мотивирует изучаемых,

[1] *Данные были собраны в период 1973 – 2000 годов, но полная процедура была применена в 1973-1975 гг.*

заинтересовывает их, располагает к себе, но вместе с тем предупреждает, что исследование будет трудоёмким, задания — нелёгкими. Как правило, удаётся вовлечь людей в биографическую работу, поскольку они интересуются мнением психолога о себе и своей жизни, хотят вспомнить былое или разобраться в себе и своей судьбе.

В процедуре биографического исследования, как сказано выше, используются два рода методик — аналитические и синтетические. Описательность синтетических методов отчасти нейтрализуется более формализованными аналитическими методиками. Но и в том, и другом случае желательны и возможны элементы количественной обработки данных.

Процедура монографического исследования строится по принципу последовательного углубления в изучаемый предмет – от внешних, более формальных моментов, к внутренним, психологически содержательным. Сначала следует как бы пунктиром наметить весь жизненный путь изучаемого человека, потом представить его в целом, а затем более подробно – отдельные аспекты, которые могут быть оценены и правильно поняты лишь в контексте целого.

Конкретные методы далее описываются в порядке их применения в процедуре монографического исследования личности / 4 /.

1. «Личное дело»

Это официальные биографические документы, в которых содержатся основные сведения о личности, с социальной точки зрения. Все данные из этих документов, заверенные официально, могут служить опорой для проведения дальнейшей биографической работы.

Уже на первом этапе исследования и на всех последующих полезно проводить систематизацию данных. Для этого предлагается заносить их в хронологическую таблицу. Она содержит несколько колонок (в моём исследовании их было пять), первая из которых заполняется датами упомянутых в документе, или в других источниках событий и прочих моментов жизни. В отличие от исторических хронологических таблиц в психологии важно отразить в таблицах психологическую информацию, связанную с указанным событием-датой. Поэтому в ней выделяются колонки о субъективных состояниях изучаемого, характеристиках и самохарактеристиках в соответствующий момент времени, субъективных оценках события или периода жизни.

Таблица 1
Образец хронологической таблицы

Хронология	*Событие, факт*	*Субъективное состояние*	*Характеристика, самохарактеристика*	*Оценка периода, момента*
1969, сентябрь	*Поступила в университет*	*Моей радости не было предела*	*Я была наивна и восторжена*	*Весь первый курс– нервное время*

Последовательное упорядочивание в хронологическом порядке всех биографических фактов облегчает дальнейшую работу с ними, а также позволяет сделать количественную обработку. Во-первых, есть возможность подсчитать количество фактов жизни по периодам, во-вторых, на этой основе рассчитать условный показатель плотности жизненных фактов (насыщенности) путём деления количества фактов на количество лет в периоде. В работах А.А.Кроника и его сотрудников для определения насыщенности использовали прямую оценку, даваемую самим изучаемым по пятилетним периодам. Этот приём проще, но степень объективности показателя насыщенности жизни, высчитанного по хронологической таблице, думается, выше.

2. Биографическая анкета

Анкетный метод даёт много фактов типа биографических дат. Отвечая на точные вопросы, изучаемый упорядочивает воспоминания, приобретает установку на точное воспроизведение прошлого. Анкеты выявляют такие факты, которые вовсе не упоминаются в других источниках, так как они кажутся мало интересными для изучаемого, или не вписаны в его концепцию жизни. Тем не менее, они важны для объективного представления биографии.

В моём варианте биографическая анкета содержала следующие разделы.

1. Ступени социализации: родительская семья, детский сад, школа, учёбы в институте, места работы;
2. Членство в общественных организациях, объединениях, социальная активность;
3. Среда развития: места жительства, учёбы, учебные и трудовые коллективы, путешествия;
4. Интересы и любимые занятия;
5. Болезни, перенесённые в разных возрастах.

Мои респонденты тратили на заполнение анкеты в среднем 70 минут.

3. Автобиография

Целостное представление жизненного пути мы получаем из автобиографического повествования. Для её описания пригодна схема биографической анкеты, но отбор и композиция, полнота изложения могут определяться самим изучаемым. Но биографист побуждает к наиболее полному и всестороннему освещению событий, не исключая субъективных их оценок и описаний переживаний.

В моей практике написание автобиографией занимало от 5 до 15 часов, и объем текста колебался от 129 до 451 предложения, а в среднем был равен 263. В моём исследовании выявилась особенность воспоминаний, когда плотность высказываний (предложений), а значит, и воспоминаний постепенно увеличивалась по мере приближения к настоящему периоду, но в последнем, текущем периоде, она снова падала. Это можно объяснить невключённостью фактов настоящего времени жизни в структуру субъективной картины жизненного пути: они ещё не стали прошлым для личности. Эта наметившаяся закономерность подтвердилась и в биографическом интервью.

4. Биографическое интервью

Тематический план интервью повторяет схему автобиографии и анкеты. Но интервью в большой степени направляется исследователем. Он помогает изучаемому осветить множество событий и не утонуть в деталях. Таким образом, предпочтительнее полуструктурированное интервью с уточняющими и побуждающими вопросами, приближенное к беседе.

Чтобы так провести интервью и получить психологически ценную информацию, необходимо строить вопросы с опорой на уже известные из официальных документов, анкеты и автобиографии факты. Метод интервью даёт самый богатый, с психологической точки зрения, материал: в нём раскрываются сфера переживаний, выясняются отношения к событиям, последствия их для судьбы и психического развития личности.

Беседа проводится индивидуально, с глазу на глаз. Если изучаемый не возражает, то лучше записывать беседу на диктофон, но в любом случае следует вести почти дословную запись. В моём исследовании беседы проводились в 2-5 сеансов по полтора часа, что составило в среднем 5 часов с каждым изучаемым.

Согласно устной инструкции изучаемый должен год за годом вспомнить свою жизнь и рассказать о ней подробно, более обстоятельно, чем в автобиографии. Вопросы биографиста часто

служили лишь пусковым толчком, в ответ на который развертывалось свободное повествование. Превращение интервью в беседу - показатель того, что психологу доверяют и хотят с ним поделиться воспоминаниями. Приёмы активного слушания и вспомогательные средства типа хронологической таблицы способствуют успеху беседы.

5. Методика «Круг общения»

Задание по методике направлено на получение точных датированных сведений об истории общения на жизненном пути. По моим данным это наиболее важное измерение жизни: 44% событий жизни, указанных изучаемыми, имеют отношение к общению.

Инструкция : Предлагаем отобразить основные, наиболее важные в вашей жизни контакты с окружающими людьми. Для этого вам даётся система координат, где на оси абсцисс отмечены годы вашей жизни от рождения по сей день. Вам надо будет обозначить на оси ординат инициалы или имена людей, с которым вы общались. Каждому имени соответствует одно деление на оси ординат. На уровень того или иного деления вы проведёте горизонтальную прямую или отрезок, начало которого соответствует году знакомства с указанным Вами человеком, а конец – году завершения ваших контактов с ним – очных и заочных Если это общение продолжается по настоящее время, то вы изображаете прямую со стрелкой на конце, как бы устремленную в будущее.

Учтите, вы должны отразить а) дружеские связи , что можно понимать как совместное проведение досуга, обсуждения интересных тем, регулярную переписку, обращение за помощью, симпатию и т.п.; б) антипатии, т.е. общение с теми, кто был вам неприятен, противодействовал вам, вредил, но по обстоятельствам вы вынуждены были с ним общаться, и это не прошло бесследно для вас; в) характер и интенсивность ваших человеческих связей.

Обозначения : связи-симпатии рисуйте сплошной линией, связи-антипатии - пунктиром, интенсивность закодируйте одной или двумя линиями, укажите по оси ординат пол (ж., м.) и позицию старшинства : существенно старше > , существенно младше < , ровесник =.

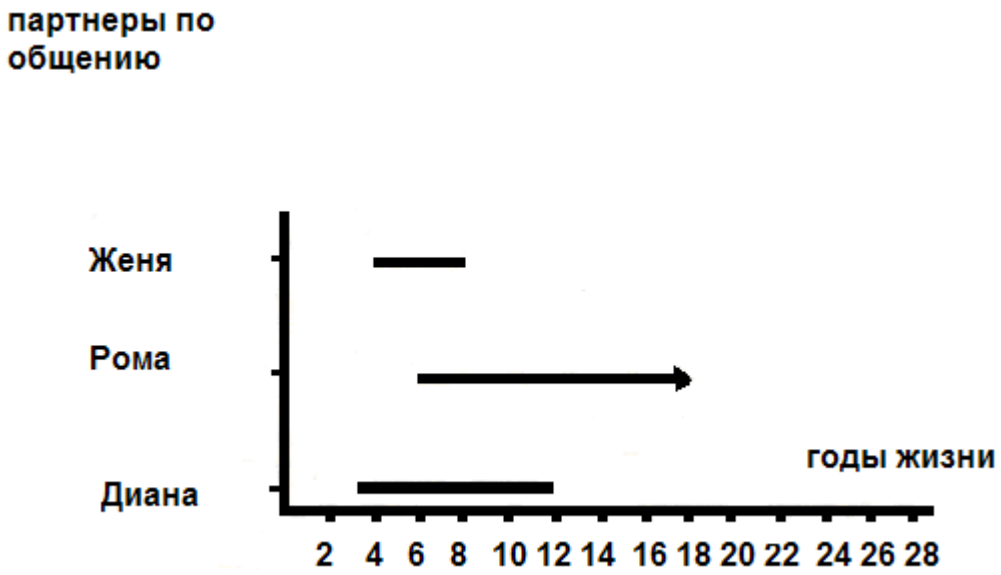


Рисунок 1. Образец диаграммы «Круг общения»

6. Методика «События»

Мы придерживаемся мнения, что события - главный феномен жизненного пути, его единица. Для выяснения структуры субъективной картины жизненного пути предлагаю простую, но эффективную методику "События", или "События жизни". По инструкции изучаемый должен письменно перечислить, датировать и кратко описать те факты жизненного пути, которые он сам считает событиями. В моей работе каждый изучаемый давал своё понимание понятия "событие жизни", но можно самому исследователю разъяснить изучаемому человеку, что имеется в виду, когда говорится о событиях.

Принимая во внимание уникальность содержания и формы осуществления события, отмеченного самими изучаемыми, мы рассматриваем события как индикаторы их индивидуальности. Они указывают на значимые для человека объекты, случаи, ситуации в прошлом и настоящем, а ведь сфера значимого составляет содержание внутреннего мира индивидуальности. Например, мы изучали двух однокурсниц. Обе участвовали в работе студенческого клуба. Но одна отметила этот факт как яркое событие, а другая - нет.

Показательно и количество упомянутых событий. В контексте других сведений о личности и её биографии по количеству событий можно судить о развитии рефлексии личности, разной степени концептуализации жизненного пути. Нам встречались люди, которые, несмотря на доверие к исследователю и интерес к методике "События", отказывались выполнять её, ссылаясь на то, что их жизнь якобы протекает без событий. Однако объективный анализ их жизненного пути свидетельствовал о противоположном.

В ответах наших изучаемых события сгруппировались в три категории - события среды, события поведения и события-впечатления. Пропорции этих видов событий в индивидуальных ответах были характерны для каждой личности. Так, одна из изучаемых, человек весьма социально активный и волевой, отметила больше всего событий-поступков (81 % всех событий), а другая, замкнутая и углублённая в себя, близкая миру искусства, назвала больше всего событий-впечатлений (54,5 %). Как видно, количественное соотношение видов событий может быть диагностическим показателем индивидуальности.

Методика "События" в модифицированном виде используются в исследованиях биографистов для изучения структуры субъективной картины жизненного пути и психологического времени личности (работы Р.А.Ахмерова, Л.Ф.Бурлачука и Е.Ю.Коржовой, Е.И.ГоловахииА.А.Кроника, (5; 6; 7). Она преобразована в оригинальный метод каузометрии А.А.Кроника и Е.И.Головахи. В основе каузометрии лежит понятие субъективной картины жизненного пути Б.Г.Ананьева и теоретическое представление авторов метода о наличии причинно-целевых связей между основными событиями жизни. Это позволяет более объективно судить о значимости событий по критерию их количества связей с другими (так называемый мотивационный статус события).

Техника каузометрии хорошо разработана и описана её авторами, поэтому не будем на ней останавливаться. Однако отметим, что особенностью метода каузометрии в отличие от моей методики "События" являются жесткая заданность количества событий — их должно быть 15, а также выявление межсобытийиых связей — причинно-следственных и целевых. Я теоретическом обосновании каузометрии заложено Представление о трех временных координатах жизни и соответственно трех видов межсобытийной связи. Так, потенциальные связи указывают на принадлежность собьггия психологическому будущему, актуальные - настоящему реализованные - прошлому. В работах А.А.Кроника Е.И.Головахи не анализировалось конкретное содержание событий, но обращалось внимание на сферу их принадлежности - семья, карьера, здоровье и т.д. Положительным свойством метода является сравнительная быстрота проведения процедуры (40-60 минут на опрос, иногда до полутора часов в два приёма) отсутствие защиты биографии, так как изучаемый человек не раскрывал содержательную сторону событий и даже мог обозначить их символически.

В результате каузометрии и нашей методики "События" можно получить большой массив данных, которые дают представление о событийной плотности отдельных периодов или возрастных фаз жизни. Чтобы получить показатель плотности мы подсчитывали суммарное (по выборке) количество событий, приходящихся на один

год жизни (таким образом, микровозрастной период был равен 1 году).

7. Методика «Впечатления»

Память личности хранит не только события, но и множество более или менее ярких впечатлений, которые также очерчивают сферу значимого. Для их выявления предлагается данная методика. Изучаемый должен был вспомнить, описать и датировать некоторые случаи, эпизоды, предметы, встречи, которые произвели сильное впечатление, вызвали в своё время интенсивные переживания.

По моим данным наибольшая плотность впечатлений приходится на текущий период жизни, что отличается от плотности собственно событий (их в текущем периоде меньше, судя по нашим данным).

Есть событийные впечатления - события внутренней жизни. Но их не много. Другие впечатления, хотя обычно и связаны с событиями, сами не играют судьбоносной роли. Они суммируются, обобщаются, благодаря чему истинное событие переживается как таковое и осуществляется его воздействие на развитие личности.

Некоторые события длятся несколько лет и складываются из многих фактов жизни, дающих соответствующие впечатления. Например, для одной девушки, которую мы изучали, дружба со старшим человеком, режиссером, длившаяся несколько лет, была событием, а каждая встреча с ним — ярким впечатлением. По её словам, беседы с другом были ступенью интеллектуального взросления.

Мы имели возможность убедиться на фактах, что половина названных впечатлений не связана с событиями, но указывает на какие-то существенные особенности конкретной личности. Так, чувствительная к отрицательным воздействиям и трудным жизненным ситуациям изучаемая И.Д. годы спустя заново до слёз переживала обиды и страхи детства, рассказывая о впечатлениях жизни.

8. "Ценности"

Особое место в эмоциональном жизненном опыте человека занимают впечатления от произведений искусства. По нашему заданию, изучаемые должны были назвать любимые книги, фильмы, спектакли, картины, музыкальные произведения, указать, в каком году были впервые прочитаны, просмотрены, послушаны эти произведения. Затем требовалось подчеркнуть те из них, над которыми человек размышляет до сих пор.

Ответы респондентов были характерны для каждого из них. Например, Людмила М., с развитыми лингвистическими способностями, склонная к самоанализу, философствованию, перечислила самый длинный список любимых книг, среди которых

преобладали сложные произведения, дававшие пищу уму и душе. Она особенно выделила произведения русских поэтов первой половины XX столетия. Это хорошо согласуется с тем, что событием жизни она называла своё открытие поэзии Серебряного века.

Методика "Ценности" дополняет методику "Впечатления" и по-своему высвечивает сферу душевного и духовного опыта индивидуальности.

9. "Периоды счастья"

На примере событий и впечатлений видно, что человек активно относится к своему прошлому, заново переживает его выстраивает концепцию своего жизненного пути. Он создаёт обобщённые оценки периодов жизни и отдельных её моментов Чтобы выявить эту оценочную сторону биографической концепции субъекта и подойти к периодизации его жизненного пути, была использована методика "Периоды счастья".

Изучаемый должен был вспомнить, кратко описать и датировать периоды, моменты жизни, которые он считает счастливыми и те, которые считает несчастливыми. В инструкции пояснялось, как можно понимать счастливые и несчастливые периоды. Если у человека было своё мнение, то он высказывал его и руководствовался им. Полученные ответы заносились в хронологическую таблицу в колонку " Субъективные оценки".

Судя по ответам, смысл периодов счастья состоит в возможности реализовать свои потенциалы, в полной мере проявить себя, осуществить заветное желание, любить и быть любимым.

Нечто сходное проделывали респонденты в исследованиях А.А.Кроника и его сотрудников. По инструкции они должны были оценить в баллах удовлетворенность периодами своей жизни (по пять лет каждый). Эти оценки затем были переведены в графическую форму в виде кривой относительно времени жизни по оси абсцисс.

10. "Первые воспоминания"

Как было показано, биографический метод во многом основан на воспоминаниях. Начало личностной памяти весьма раннее и относится к двух-трехлетнему возрасту, что не случайно совпадает с началом развития личности, самосознания. Можно думать, что возраст первого воспоминания имеет психодиагностический смысл и указывает на более или менее раннее пробуждение самосознания. По моим данным, средний возраст первых воспоминаний равен 2,1 года, что согласуется с данными В. и К.Анри (2 года) и М.Топоровой (3 года) (9; 10).

Показателем сохранности воспоминаний служит количество слов в описании вспоминаемого факта. Если сравнивать по этому показателю первые воспоминания и событийные, то оказывается, по

моим данным, что первые зависят от удалённости во времени, а вторые - в большей мере от личностной их значимости.

11. Линия жизни (методика В.Н.Куницыной)

Осознание времени жизни лежит в основе графической методики "Линия жизни", предложенной В.Н.Куницыной (11). В моем собственном исследовании она не применялась, но её вполне можно включить в биографическую процедуру**. Методика отчасти повторяет "События", но ставит упор на временном аспекте субъективной картины жизни. Суть её в том, что изучаемый отмечает на горизонтальной прямой основные даты своей жизни, отграничивает прошлое, настоящее и будущее.

Инструкция: Начертите горизонтальную линию, которая будет означать Ваш жизненный путь от рождения до смерти. Затем поставьте на ней две точки ("рубежи"), отграничивающие Ваше прошлое от настоящего и настоящее от будущего.

Повторите эту линию с отметками на ней и датируйте рубежи.

Напишите, какие события, причины, факты послужили для определения "Рубежа". Подчеркните главные события.

12. Свидетельства окружающих

Для работы со свидетелями, т.е. теми, кто имел возможность наблюдать изучаемого в разных жизненных ситуациях, предлагается методика "Мнения". По инструкции свидетель должен был вспомнить конкретные факты из жизни данного человека и изложить своё мнение о нём (письменно или устно).

Свидетельства дополнили и сделали более объективной биографическую картину данного человека. В их мнения выразился общий итог многих впечатлений от контактов с ним. Ил мнений многих людей слагается репутация того или иного человека, в ней содержится как бы инвариант многих мнений о нём, что обычно соответствует его сущности. В то же время она является жизненным показателем социально-психологического положения человека в группе, социальном окружении. Чтобы выявить это, можно провести сравнительный анализ свидетельств: выписываются все характеристики личности и против каждой из характеристик ставится количество респондентов, которые упомянули её. Но главное - это сравнение свидетельств с автобиографическими высказываниями.

13. Пракисметрия

В моём опыте биографирования в качестве продуктов деятельности изучаемых были использованы их дипломные работы, литературные сочинения, рисунки, студенческие конспекты. Знакомство с ними позволяло представить более объективно уровень и направленность их личности, тем самым, дополнив образ человека,

полученный на основе автобиографических источников. Также в этом плане учитывался уровень успеваемости в школе и вузе по разным предметам и в целом.

Обработка биографической информации об индивидуальности

В результате проведения всех возможных биографических методик на одном и том же изучаемом человеке накапливается большой объём биографической информации. Её, как уже сказано, надо постоянно упорядочивать в хронологическую таблицу. На этой основе появляется возможное^ количественной обработки и отображения жизни в графической форме.

Мы воспользовались идеей Ш.Бюлер об "измерениях жизни" что означает всякую деятельность, занятие, социальную связь статус, которые имели место в тот или иной период жизни. Например, обучение в школе в течение 10 лет, увлечение спортом в 12-15 лет, жизнь в родительской семье — с рождения до 18 лет, путешествие по Алтаю в 17 лет и т.п.

Каждое измерение отображалось в виде отрезка прямой, длина которого соответствовала длительности данного измерения. Отрезки размещались в системе координат: на абсциссе отмечались годы жизни (возраст), а на ординате названия "измерений". Принцип графического изображения здесь такой же , как в методике "Круг общения", а результаты последней тоже входят в обобщённую картину жизни как "измерения" в плане общения.

Подсчёт количества "измерений", приходящихся на определенные годы жизни, в среднем по группе изучаемых представляет собой график жизни (жизненную кривую) и показывает закономерный рост их числа по мере развития личности (рис. 2). По моим данным о студентах, достижения максимума приходятся на годы учения в университете, в период поздней юности - ранней зрелости. Но уже здесь намечается тенденция некоторой стабилизации количества измерений на высоком уровне, что означает спецификацию развития благодаря профессионализации и самоопределения в главных сферах жизни. Если же исключить из общего объема измерений общение, которое имеет свою историю, то перелом в количестве измерений наступает ещё раньше — в 15 лет, что означает более раннюю спецификацию развития личности в связи с сознанием необходимости выбора профессии и общего самоопределения на жизненном пути на пороге окончания школы.

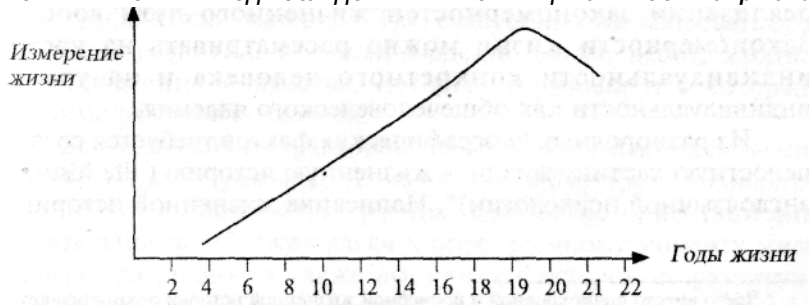


Рис. 2. График жизни, полученный для 7 изучаемых

Биографические источники в основном представляют собой тексты, поэтому закономерно применять для их обработки технику контент-анализа / 12 /.

Например, приведу формулу контент-анализа , предложенную американскими авторами И.Джанисом и Р.Фандером (Janis I. , Fander R. / 13 /) для количественного отображения положительного или отрицательного отношения данной личности к тому или иному фактору, событию, обстоятельству.

1) $C = \frac{f^2 - fu}{rt}$ при $f > u$

2) $C' = \frac{uf - u^2}{rt}$ при $f < u$

rt

Где C и C' – коэффициенты положительного и отрицательного отношения к объекту оценки,

f – частота благожелательных высказываний по отношению к объекту,

u – частота неблагожелательных высказываний по отношению к объекту,

t – количество всех высказываний (сумма нейтральных, неблагожелательных, благожелательных и нерелевантных, т.е. не относящихся к объекту отношения, высказываний (предложений) в тексте,

r - количество релевантных , т. е. относящихся к объекту отношения, высказываний (предложений).

Методы синтеза и интерпретации индивидуального биографического материала

Синтез биографических данных о конкретном человеке является целью в практической работе с человеком в психологии,

педагогике, медицине. В научных исследованиях индивидуальная биография рассматривается как вариант реализации закономерностей жизненного пути вообще. Закономерности жизни можно рассматривать на уровне индивидуальности конкретного человека и на уровне индивидуальности как общечеловеческого явления.

Из разнородных биографических фактов требуется создать целостную картину жизни – жизненную историю (life history в англоязычной психологии). Написание жизненной истории – метод синтеза биографических данных, последовательное изложение биографических фактов, отражающее логику развития личности в хронологической последовательности. В жизненной истории отражаются данные всех биографических методик, выверенные при сравнительном анализе материалов из разных источников.

Жизненная история должна быть написана объективно, без вымыслов и интерпретаций, быть достаточно подробной и интересной, иметь хорошую литературную форму. Она выражает сложившееся у биографиста понимание личности и является материалом для дальнейшей интерпретации путём генетического и структурного анализа.

В психологии существуют исследования, выполненные как монографии об отдельных личностях. Так, Роберт Уайт (R.White,) изучил жизнь и индивидуальность трёх человек и написал книгу на основе их жизненных историй. Пафос исследования состоял в изучении естественного роста здоровой личности, умеющей строить свою жизнь, ориентируясь на цели.

В сборе биографического материала участвовали около 100 сотрудников. Удалось проследить жизненные истории на больших отрезках жизненного пути и выявит решающие факторы и события жизни. Были выявлены основные общие тенденции в развитии взрослых: стабилизация тождества «Я», углубление интересов, и м гуманизация ценностей, рост озабоченности. В процессе написания жизненных историй шла «примерка» разных теорий личности по отношению к описываемым фактам . В результате вносились дополнения к теориям. Несмотря на эклектичность подхода, книга Р.Уайта интересна как образец полного изучения и описания индивидуальности биографическим методом.

Установление истоков тех или иных структурных особенностей личности – основная цель генетической интерпретации жизненной истории. Как писал В.С.Мерлин, «… в той степени, в какой удаётся объективное истолкование фактов, анамнез – единственный психологический метод, прямо и непосредственно раскрывающий происхождение и основные закономерности развития индивидуальных психических особенностей» / 14, с. 74 /. Чтобы повысить объективность интерпретации, иногда советуют проводить

её в виде группового обсуждения в кругу экспертов-биографистов.

Основными моментами генетической интерпретации жизненной истории являются: 1) определение факторов развития данного человека, 2) определение фаз его жизненного пути, 3) анализ структуры факторов развития в каждой из фаз, 4) выявление генетических связей между фазами жизни.

Анализ жизни подразумевает наложение сетки биографических и общепсихологических понятий на биографический материал. Так, следует проанализировать среду (среды) развития, включая людские связи, вещи, жилище, произведения искусства, которые окружали и с которыми взаимодействовал человек.

Далее, в качестве факторов развития выступает собственная деятельность субъекта, её основные виды труд, познание и общение, а также игра, учение, ценностно-ориентационная деятельность. Сложившаяся к определенному моменту жизни структура личности также выступает фактором её развития – об этом можно судить по объективным фактам и субъективным – характеристикам, самохарактеристикам, описаниям мотивов.

Выделение фаз индивидуальной жизни возможно на основе знания поворотных событий в ней. Будем считать , что между двумя соседними фазами находится важное событие жизни, под влиянием которого в последующей фазе произошло изменение образа жизни в целом или социальной ситуации развития.

Например, у моей «испытуемой» М.Г. между первой и второй фазой её жизни располагаются события – рождение сестры и поступление в детскую группу английского языка, где она познакомилась с очень значимым для неё человеком – учительницей английского. А поступление в рисовальный кружок в подростковом возрасте положило начало четвёртой фазе жизни, которую сама М.Г. осознавала как новый её этап.

Воссоздание структуры личности по жизненным показаниям - биографическим данным составляет вторую линию интерпретации полученного материала. Для её осуществления необходимо иметь отчётливые теоретические представления о структуре личности вообще. Для меня – это теория Б.Г.Ананьева, согласно которой выделяются четыре подструктуры, интегрированные в структуре личности-индивидуальности. Соответственно можно выделить общую одарённость и специальные способности, характер (эмоционально-волевые, гностические, коммуникативные и рефлексивные черты), направленность личности.

В завершении интерпретации жизненной истории необходимо установить главное противоречие и способ его разрешения личностью в процессе её жизнедеятельности на жизненном пути и таким образом попытаться открыть закон конкретной

индивидуальности, как бы её «формулу».

Так, моя «испытуемая» М.Г. – высоко развитая индивидуальность. В структуре её личности сочетались и гармонизировались определенные нравственные принципы, выдающаяся общая одаренность и незаурядные изобразительные способности, с одной стороны, и свойственная ей природная созерцательность, интровертированность , с другой. Гармонизация и преодоление ею слабостей в структуре личности происходило в сознательно определенном образе жизни - активном и интересном, поисковом и плодотворном.

Ведущим фактором самоопределения на жизненном пути и формирования соответствующего структуре личности образа жизни М.Г. является высокий интеллект. Годы спустя этот вывод подтвердился в том, что М.Г. избрала путь учёного и достигла высоких результатов в научной и педагогической деятельности.

Индивидуальный образ жизни выражает индивидуальность в самом способе взаимодействия человека с обстоятельствами жизни, так что не они сами по себе определяют его развитие, а сам человек посредством сознательной организации и укрепления адекватного своей сущности образа жизни.

Глава 10
ВОЗМОЖНОСТИ БИОГРАФИЧЕСКОГО МЕТОДА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Биографический метод является исследовательским и диагностическим средством, но вместе с тем он имеет большой практический потенциал. Будучи направлен на выявление субъективной картины жизненного пути в сопоставлении с более объективными данными о ходе и результатах жизни, он помогает самому субъекту жизнедеятельности лучше осознать свою жизнь, подумать её закономерности и программировать её дальнейший ход более осознанно. Работа с собственной биографией — это и самопознание, понимание себя, упорядочивание внутреннего мира, оформление жизненного опыта. Понятно, почему занятия типа ведения дневников и написание мемуаров играют психотерапевтическую и психокоррекционную роль. Итоги такой работы положительно влияют на дальнейший ход жизненного пути.

Есть, как мы старались доказать в предыдущем изложении, закономерности жизнедеятельности и жизненного пути. Знание этих закономерностей — залог, (но не гарантия) продуктивной, счастливой жизни.

Когда-то молодой Карл Маркс, преисполненный благородных стремлений, заявил, что счастлив тот, кто сумеет принести счастье как можно большему числу людей. Александр Сергеевич Пушкин на

вершине своей жизни умудрено сказал: "На свете счастья нет, но есть покой и воля". Наш век обнаружил дьявольскую закономерность: намеренное осчастливливание людей на деле приводит к бездне страданий. Нельзя сделать человека счастливым без его желания и участия. И всё же человек рожден для счастья и не должен уходить из жизни, не изведав его. Счастливые люди жили и живут среди нас.

Ю.М.Лотман, известный литературовед и филолог, приводит в пример Пушкина, называя его "гениальным мастером жизни, человеком, которому был дан неслыханный дар быть счастливым даже в самых трагических обстоятельствах" (1, 250).

Сверхзадача практической работы психолога-биографиста - помочь человеку разобраться в его собственной жизни, наладить её, чтобы жить по-настоящему счастливо. Исходным понятием для практической психологической работы на основе биографического метода, как мы думаем, является "культура жизни"(2). Оно означает сознательное отношение к собственной жизни на основе истинных, достойных человека ценностей, что выражается в большем или меньшем преодолении стихийного её течения путём правильной её организации, оптимального использования личностного времени в целях достижения высокой производительности жизненного нуги и вместе с тем вкушения радости жизни во всей её полноте.

Цель психологической практической помощи людям на основе биографического метода состоит в формировании культуры жизни. А это не просто, ведь "...жизнь - целое искусство < ... >. Жить значит сделать художественное произведение из самого себя ", - писал Ф.М.Достоевский (3, 13).

Культура жизни предполагает принятие определенных ценностей и руководство ими в процессе жизнедеятельности -в этом её аксиологическая сторона. Соотнося свои решения и поступки с ценностями, человек осознает ее смысл. Всякие ли ценности адекватны счастливой и производительной жизнедеятельности? Этот вопрос выходит за рамки психологии, но психология не может избежать его и здесь пересекается с философией (с философской антропологией, аксиологией и этикой, особенно).

Закономерно, что в основе регуляции жизнедеятельности на жизненном пути лежат определенные ценности, значимые для личности. С точки зрения психологии, оптимально, когда ценностные ориентации личности не противоречат, а способствуют её всестороннему развитию и гуманистической, нравственно-положительной самореализации. Упрощенно говоря и применительно к задачам практической психологии, именно то, что полезно для личностного (душевного и духовного) и физического здоровья человека, что удлиняет его жизнь и способствует наслаждению ею. Наслаждение жизнью не есть погоня за сплошными удовольствиями - как раз такой способ жизни оказывается несчастным и болезненным.

Оно в том, что выше удовольствий и соответствует истинным ценностям.

Истинные ценности жизни глубоко осмыслены великими философами и художниками слова. В их произведениях мы находим прямые суждения о том, что такое настоящая человеческая жизнь.

Для А.С.Пушкина главной ценностью являлась независимость. Он мечтал о такой жизни, чтобы:

Никому
Отчёта не давать, себе лишь самому
Служить и угождать; для власти, для ливреи
Не гнуть ни совести, ни помыслов, ни шеи;
По прихоти своей скитаться здесь и там,
Дивясь божественным природы красотам,
И пред созданьями искусств и вдохновенья
Трепеща радостно в восторгах умиленья.
Вот счастье! Вот права...

Свои представления о настоящей жизни и её ценностном основании имеют и простые люди, пусть не великие, но индивидуальности. В них выражается идеал жизненного пути, и отражаются ценности, на которые следует ориентироваться субъекту жизнедеятельности.

Приведу выдержки из сочинений студентов отделения психологии КазГУ, написанных на заданную автором тему "Что такое настоящая жизнь?" (1994, 1999 и 2000 гг.). По их мнению, настоящая жизнь — это:

"...жить в согласии с собой, своими внешними действиями подтверждать и реализовывать свою внутреннюю систему ценностей, потребностей, желаний и т.д..., находиться в развитии";

"...это в первую очередь, жизнь НАСТОЯЩЕГО человека, человека, взращивающего в себе субъектность, индивидуальность, человека, осознающего, рефлексирующего, осмысливающего свою жизнь";

"Настоящая жизнь — это жизнь, прожитая сознательно. Та жизнь, в которой присутствует любовь, присутствуют цели и жизненные задачи. Такая жизнь походит в окружении весёлых и оригинальных людей, тонко чувствующих историческое время, современников. Человек в такой жизни стремится к хорошим, гуманным поступкам, стремится приносить радость людям. Настоящая жизнь — это также нормальная семья, здоровые дети, это индивидуальное понимание действительности. В ней обязательно присутствуют разнообразные ценности. Это может быть и просто рыбалка, но также и социальная работа государственного масштаба. Духовные ценности такого человека — в его внутреннем мире занимают огромное место и являются основополагающим моментом при выборе жизненного пути";

"Я не мало задумывалась над тем, что такое настоящая жизнь.

Эта проблема моего детства. Мне казалось, что каждый человек рождается с каким-либо призванием, только лишь надо его найти. И тот человек, который нашёл его — это самый счастливый человек";

"Для меня настоящая жизнь - это стремление к развитию и самосовершенствованию, это постоянная борьба, девиз которой "Никогда не сдавайся!";

"Если на некоторое время избавиться от субъективных и объективных препятствий, сопровождающих человека на протяжении всей его жизни — от момента вхождения в неё и до ухода, то можно сказать, что человек призван к созиданию, накоплению и приумножению интеллектуального, духовного и экономического капитала, внося его в общемировую копилку. И параллельно воспитывая и готовя своё продолжение в своих преемниках. Это и есть, по моему мнению, настоящая жизнь";

"Настоящая жизнь - для меня — это, когда я просыпаюсь по утрам с удовольствием, когда я хочу проснуться, соскочить с постели, включить любимую музыку, напевая, завтракать и одеваться, выходить из дома на улицу, улыбаться людям в любую погоду, спешить по делам, которые для тебя очень важны и интересны. Настоящая жизнь, - когда она наполнена смыслом, когда есть любимые люди, которые нуждаются в тебе и любят тебя со всеми твоими слабостями и недостатками... Я чувствую в себе силы, несмотря на весь свой гедонизм, посвятить свою жизнь делу гармонизации человеческих отношений друг с другом и окружающим миром".

Смыслы и цели присущи оптимальному жизненному пути. Шарлотта Бюлер утверждала, что дефицит целевых структур, интимно связанных с неудачным, нечетким осознанием смысла жизни, является источником неврозов современного человека. Сходные мысли развиты в теоретических трудах и психотерапевтической практике В. Франкла, который обосновал понятие о нусогенном неврозе. Примеры жизни замечательных людей свидетельствуют о колоссальной интенсификации процесса жизни и скачкообразного роста её продуктивности вследствие обретения ими смысла жизни.

В 1911 году 43-летняя парижская певица Александра Давид-Неэль (Давид-Ниль) записала в своём дневнике: "Жизнь прожита, я чувствую себя старой и больной". Но в один прекрасный день что-то случилось в ее душе, и пришло решение отправиться в Гималаи изучать Тибет. Она сказала себе: "Позорно было бы навсегда остаться под игом своих страстей, привычек и лени! Пусть мир откроется для меня во всей своей беспредельности ... Я готова платить любую нену за возможность увидеть желанную страну". Поставив эту цель, она отправилась в путешествие, растянувшееся на сорок лет. Александра Давид-Ниль преодолевала немыслимые трудности, пробираясь в неизведанные районы Тибета, где её порой

подстерегала смертельная опасность. Но она всё же открыл – для себя и для всего цивилизованного мира эту чудесную страну и умерла с чувством исполненности и самоосуществления на сто первом году своей удивительной жизни.

Культура жизни имеет структурный аспект, что предполагает ориентацию на структурные особенности оптимального жизненного пути. В его модели, как мы уже видели (гл. 5) отмечены полнота и цельность, дифференцированность и интегрированность жизненных отношений и занятий, видов деятельности, каналов самореализации. Узость жизни, отсутствие достаточного многообразия интересов и "одновершинность" мотивационной структуры личности могут привести к обессмысливанию жизнедеятельности в случае блокирования по независимым от субъекта обстоятельствам единственной цели и соответствующего канала самореализации. Плохо и другое, когда псе мотивы жизни имеют одинаковую значимость для личности, и человек не может выделить самого главного и соответственно сосредоточить свою энергию. Он хватается то за одно дело, то за другое под влиянием обстоятельств или случайного внутреннего импульса и не достигает весомых результатов, не раскрывает в полной мере свой талант.

Энергетический аспект культуры жизни относится к уровню напряжения, или силы жизни. Он состоит в умении личности произвольно менять напряжение процесса жизнедеятельности, своевременно мобилизовать свои ресурсы или расслабляться. Об этом пишет Л.И.Анцыферова: "Свободный и лёгкий переход от одного функционального уровня к другому, способность определённое время находиться на уровне, требующем меньшего психологического напряжения, а затем вновь возвращаться на более высокий уровень — признак и залог психического здоровья личности, а возможно, и форма аутопсихотерапии" (5, 15).

Временной аспект культуры жизни состоит в компетентности личности во времени, способности оптимально организовать свою жизнедеятельность во времени, быть своевременным в принятии жизненного решения, улавливать ритм событий надличностного масштаба, экономить и распределять временные ресурсы, уметь адекватно отражать время, строить трёхмерную субъективную картину жизненного пути в историческом времени и совершать жизнедеятельность с учётом прошлого, настоящего и будущего.

Культура жизни — это атрибут субъекта жизни, который адекватно отражает свой жизненный путь в его целостности, думает о жизни и о своей индивидуальности, о своём призвании и предназначении, обобщает события и извлекает уроки, накапливает жизненный опыт, ищет смыслы, ставит цели и проводит свою линию жизни в соответствии с ними, принимает жизненные решения и неуклонно реализует их в повседневной жизнедеятельности,

достигает искомых целей и получает удовлетворение и наслаждение от процесса и результатов жизни. Воспитание культуры жизни - это путь становления субъектом жизнедеятельности.

Оптимальная жизнь соответствует оптимально развитой, здоровой личности. При всей сложности проблемы здоровья и его критериев, некоторые признаки здоровой личности (равно как и нездоровой) обозначены в науке. В частности, об этом писали Г. Олпорт, А. Маслоу, А. Кохут. Отмечены такие черты здоровой (самоактуализирующейся) личности, как оптимизм, способность к юмору, целеустремленность, целостность, эмпатия, мудрость, способность любить, стремление к самореализации в творчестве и т. д. Для нездоровой личности характерны недостаточная целеустремленность, чувство внутренней пустоты, отсутствие интереса к жизни, недостаток энергии в поведении и деятельности, фрагментарность Я.

Субъективным интегральным признаком здоровья является бодрость как оптимальное психическое состояние личности, проявляющееся в активном отношении к жизни и готовности к энергичной социальной жизнедеятельности. Именно о бодрой личности мечтал психолог и психиатр, педагог и врач В. М. Бехтерев, много сделавший для укрепления личностного здоровья людей.

В.М.Бехтерев, помимо всего другого, занимался психотерапией и перевоспитанием педагогически запущенных детей в созданной им в 20-е годы Психоневрологической академии в Ленинграде.

Оптимальная организация жизни способствует активному долголетию человека. Б.Г.Ананьев выдвинул гипотезу о двух типах старения — конвергентном и дивергентном (6). Первый характеризуется однонаправленными изменения в онтогенетическом и биографическом, индивидном и личностном развитии человека, когда естественное старение психофизиологических функций мозга ведёт к тотальному снижению продуктивности психических процессов и деятельностей. В таком случае старению не противостоят какие-либо личностные механизмы, и "натуральный" онтогенез определяет всю картину старения человека.

В дивергентном типе развития наряду с регрессом психофизиологических функций мозга в старости действуют мощные противостоящие старению операциональные и мотивационные механизмы личностного происхождения, обусловленные историей её жизненного пути. В этом случае человек сохраняет трудоспособность и способность к творчеству до глубокой старости, а вместе с тем продлевает своё физическое существование, мобилизуя в активной деятельности все ресурсы организма.

Психолог более других должен разбираться в законах развития личности. Он не имеет права "тащить" кого бы то ни было в

счастливую жизнь и тем самым нарушать суверенитет личности. Но он должен сообщить обратившемуся к нему человеку психологическую информацию, которая будет положительно влиять на жизненные решения, организацию жизни и определение линии поведения самим субъектом жизнедеятельности.

Разумная организация жизни зависит не только от чтения научной, философской или художественной литературы, от общения с психологом, но требует самостоятельного духовного поиска личности. Она утверждается в постоянном борении с обстоятельствами и собственными слабостями на основе знания и понимания законов развития личности на жизненном пути.

Задачи психоконсультирования и психокоррекционной работы на основе биографического метода:

стимулирование процессов самосознания, рефлексии биографического мышления, биографической памяти v воображения, чтобы способствовать оформлению жизненногс опыта личности, извлечению уроков из него, оптимальном} планированию жизненного пути, созданию жизненной программы и определению личного смысла жизни в целом или на отдельном её отрезке;

привитие истинных ценностей жизни, развитие адекватного мировоззрения и жизненной философии на основе гуманистических ценностей;

формирование ценностного отношения ко времени жизни; формирование субъектной позиции и соответствующих мотивов по отношению к собственной судьбе*;

обучение умениям организации времени жизни и побуждение к использованию их в процессе собственной жизн еде ятель ности;

тренировка волевых качеств личности как субъекта жизни. Вышеуказанные задачи решают психологи, проводя так называемые биографические тренинги, а также консультации на основе комплекса практических биографических методик и процедур. А.А.Кроник выдвинул идею конструктивной психологии, которая нацелена на формирование необходимых, но никогда ещё не бывалых качеств субъекта жизненного пути. Он и его единомышленники разработали эффективные приёмы развития позитивного биографического мышления (коррекция расписания жизни, воспоминание о лучших моментах жизни, побуждение к планированию будущих событий, рассказ о родословной) (7).

Некоторые из коррекционных методик совпадают с теми, что используются в биофафическом исследовании (См. гл. 8-9). В самом деле, дневники, письма, вообще личные документы с их психотерапевтическим потенциалом, объективируя внутренний мир, помогают тем самым осознавать жизненные проблемы и решать их.

Французский профессор А.Шутценбергер разработала методику геносоциограммы и применила её для психологической помощи

онкологическим больным. Пациент вместе с психотерапевтом составляет собственное генеалогическое древо, а также составляет список важных жизненных событий семьи: браков, смертей, болезней, несчастных случаев, человеческих отношений и их разрывов и т.д. Таким образом, пациент лучше понимает свою жизнь в цепи поколений, традиции семьи и причину своего характера. Благодаря такой работе пациент перестраивает своё отношение к болезни и приходит к улучшению физического состояния (8).

В американской практической психологии с 1974 года существует психопрактическое течение под названием "Life Spring"- "Источник жизни", которое служит повышению культуры жизни. Его основатель Джон Хейнли (J. Нагие у) разработал теоретическую базу для работы с людьми, затрудняющимися в самореализации на жизненном пути (9). R 1989 году его сотрудники впервые в Москве провели тренинг-марафон, после чего в СССР появились свои активисты лайф-спринга.

Судя по доступным нам публикациям, в том числе специальному журналу "Life Spring", в основе данной психопрактики лежат простые истины: каждый должен стать полновластным хозяином своей жизни и не быть посторонним её наблюдателем; искать и находить главные жизненные ценности; делать жизненно важные дела, отдаваясь им всей душой, полностью; уметь брать на себя ответственность; быть честным по отношению к окружающими и самому себе, смотреть правде в глаза и не бояться выражать своего отношения или мнения; преодолевать свои страхи, неуверенность и застенчивость; личность развивается, когда делает над собой усилие и выходит из зоны комфорта.

По этим ориентирам строиться тренинговые занятия. Базовый тренинг служит для общей ориентации в закономерностях человеческой жизни, в ценностных её основаниях. Продвинутый тренинг призван обеспечить эффективное функционирование личности в конкретных жизненных ситуациях применительно к потребностям конкретного человека - участника тренинга. Главный метод - переживание собственного поведения в экспериментально-жизненных ситуациях и его последующий анализ.

За рубежом, в первую очередь в Великобритании, накоплен важный опыт психопрактической работы на завершающем отрезке жизненного пути, который имеет отношение к биографическому методу. Психолог остаётся вместе с нуждающимся в его помощи человеком до конца, как и врач. Психолог может помочь умирающему принять неизбежный конец достойно, остаться личностью-индивидуальностью на пороге смерти. Культура жизни — это, увы, и культура умирания. Религия разработала ритуалы прощания с жизнью, есть и светские их формы.

"Уйти, попрощавшись" — так называлась статья, талантливо

написанная журналистами газеты "Известия" А.Васинским и А.Кривопаловым. Она посвящена английскому хоспису - социально-медицинскому учреждению, в котором безнадежно больные люди имеют возможность достойно, по-человечески встретить свой смертный час (10). Для этого создается благоприятная психологическая атмосфера, когда служители хосписа стараются во всем идти навстречу споим пациентам. Например, разрешается держать здесь любимую кошку пли собаку, а само здание хосписа похоже на уютное жилище, а вовсе не на больницу. Англичане рассказали журналистам, как по просьбе троих больных было организовано плавание в лодке по маршруту героев знаменитой повести Дж. Джерома вниз по Темзе, а в другом случае сыграли свадьбу пациента и женщины, пожелавшей стать его супругой.

В хосписе сочетаются религиозные ритуалы и нерелигиозные способы душевно-духовного общения с умирающими. Здесь интересуются малейшими оттенками настроения, ощущений и переживаний болезни. После смерти пациента в течение суток его кровать остаётся свободной в знак уважения к памяти ушедшего, В английском хосписе предусмотрены комнаты для молитв, для уединения и созерцания, есть служба по утешению родственников умерших.

Организация жизни в самом её конце и, главное, душевно-духовного общения — это тоже биографическая психология.

Методики практической работы с людьми на основе биографического метода

Любой биографический метод даёт не только информацию, но и выполняет психотерапевтическую функцию. Но есть биографические методики, специально предназначенные для практической психологии. Кроме того, в работе психолога-биографиста используются обычные педагогические методы, направленные на формирование жизненной философии, ценностно-смысловой сферы личности. Это, например, знакомство с увлекательной и поучительной биографической литературой типа серии "Жизнь замечательных людей" (аналогичные кинофильмы, спектакли, телепередачи).

И М.Бехтерев в двадцатые годы проводил биографические беседы о героях разных времен и народов со своими воспитанниками в Институте социального воспитания — так он стремился побудить их к лучшей жизни и воспитать благородную социальную активность. В годы перестройки мы все пережили буквально бум историко-мемуарных публикаций и узнали множество удивительных жизненных историй наших современников, чьи судьбы тесно переплелись с грандиозными и трагическими событиями двадцатого века. Среди биографических публикаций того периода особо отмечу сборник, посвящённый столетию С.Л.Рубинштейна, воспоминания Надежды

Мандельштам, жены поэта О.Э.Мандельштама, дневники и письма Марины Цветаевой. Были и другие замечательные по психологическому и нравственному содержанию книги и журнальные материалы - обо всех не расскажешь.

К методу чтения мемуаров примыкает беседа. Она может использоваться как психодиагностическая, но она же в той или иной модификации служит психокоррекционным, воспитательным целям. Предлагаю свой примерный план этико-биографической беседы, которая побуждает человека вспомнить и задуматься о пережитом, а, следовательно, критичнее отнестись к настоящему и более ответственно к будущему. Фактической основой для беседы являются события прошлой и настоящей жизни человека (в моем варианте — студента).

Организуя беседу, предварительно следует познакомиться с личным делом, провести биографическую анкету, привлечь другие источники биографической информации. Беседа должна опираться' на известные уже факты биографии, узловые моменты жизненного пути. Надо спросить, что из прошлого человек считает событиями жизни. Отвечая на этот вопрос и аргументируя ответы, человек начинает задумываться о закономерностях своей жизни, роли разных факторов в ней, особенно собственной активности. Можно вместе с собеседником наметить отдельные фазы жизни, чтобы понять, что дала или могла дать каждая из "эпох" жизни для развития личности, что было упущено и почему. Такой анализ прошлого повышает уровень самосознания и ответственности за свое развитие на жизненном пути.

Автобиографические воспоминания естественно переводятся в план сегодняшней жизни. Студенту уместно задавать вопросы о мотивах поступления в данный вуз, на данную специальность, об удовлетворенности выбором места обучения. Если беседа удалась, разговор получается искренним и заинтересованным, то можно переходить к более глубинным вопросам.

Примерный план этико-биогоафической беседы (для работы со студентами)

Вспомните и кратко опишите главные события своей жизни. Когда они происходили, что было их причиной и следствием?

Попробуйте наметить основные фазы, "эпохи" вашей жизни? Что они значат для вне вашего развития?

Где и кем бы вы хотели работать после окончания вуза?

Как бы вы хотели устроить свою личную жизнь, свой быт?

Какие цели вы ставите себе на текущий учебный год, на период обучения в вузе в целом?

Что нам мешает жить так, как вы считаете нужным, достойным вас?

Что вам надо делать, чтобы приблизить осуществление ваших

целей?

В чем вы лично видите смысл своей жизни?

Что такое настоящая жизнь?

Как бы вы выразили в словах девиз своей жизни?

Что Вы хотите сделать в жизни, во что бы то ни стало?

Наряду с традиционными в своей основе методами есть специально изобретённые для повышения уровня субъектности личности на жизненном пути. О некоторых из них пойдёт речь далее.

Биографический тренинг для старшеклассников "Повелитель времени" (Н.Н. Толстых), направленный на осознание ими своей жизни на переломном её моменте — окончании школы (II). Особенно важно, что с его помощью удаётся прояснить жизненные планы и сформировать у старшеклассников представления о собственном будущем.

Тренинг поводился в двух временных режимах: в течение шести дней по полтора часа или шесть часов подряд в один день.

Процедура тренинга "Повелитель времени":

1. Упражнения на установление контакта. Беседа о важности целей жизни.

2. Работа с группой по определению жизненных целей участников тренинг. Для этого каждый участник должен:

составить сценарий фильма о своём будущем;

нарисовать на бумаге свой портрет в будущем, каким человек хочет стать. Можно рисовать символически;

выполнить упражнения на самосознание, отвечая вслух на вопросы: что II почему делает меня счастливым, что я люблю делать больше всего;

участвовать и групповой дискуссии по высказываниям участников. Л. Лекция психолога о резервах психики, о том, что человек может многого добиться, есяи станет хозяином своей судьбы.

4. Психолог с группой составляют список из 12 характеристик неудачника н 1.2 характеристик удачливого человека — победителя в жизни.

5. Каждый участник из полученных 24 высказываний выбирает подходящие к его характеру четы, анализирует, из какого списка попало больше черт.

6. Психолог проводит упражнения на самокоррекцию.

7. Все вновь обращаются к сценарию фильма о своей жизни. Описывают его персонажей, дискутируют по содержанию сценариев.

Упражнение Дж.Рейнуотера "Три года", направлено на осмысление приоритетов жизни и её интенсификацию (См.: 12).

1. Упражнению предшествует непродолжительная релаксация.

2. Представьте, что вам осталось жить три года. Вы будете совершенно здоровы неё это время. Какова ваша первая реакция ... Начали ли вы сразу строить планы или разозлились, что так мало

времени?

3. Вместо того, чтобы думать о надвигающейся смерти и негодовать, решите, как вам хочется провести это оставшееся время. Где бы вы хотели его прожить? С кем '.' Хотите ли вы работать? Учиться? Что обязательно нужно успеть сделать?

4. После того, как ваше воображение постоит картину жизни в течение этих трёх лет, сравните её с той жизнью, которую вы ведете сейчас. В чём сходство, н тем отличие между ними? Есть ли в воображаемой картине что-то, что вы хотели бы включить в вашу нынешнюю реальную жизнь?

5. Теперь хорошенько осознайте, что предположение о вашей смерти через три гола — что только игра воображения. Отбросьте эти мысли. Но сохраните то, что нам хочется, что подходит вам. Запишите, какой опыт вы приобрели, выполняя это упражнение.

Упражнение П.Ферручи направленное на осознание жизненных кризисов и совладание с ними (См.: 12).

1. Вспомните три кризиса, пережитых вами. Сделайте свободный рисунок каждого из них, выражая чувства, которые вы испытывали тогда, и существо события. Рисуйте свободно, не пытаясь сделать красиво.

2. Возьмите эти рисунки и положите перед собой в соответствии с хронологией событии.

3. Всмотритесь в ваши рисунки, проследите в них непрерывность, если можете почувствовать. Вы можете рассматривать кризис как переход между двумя фазами вашего развития. Попытайтесь усмотреть в каждом кризисе новый жизненный импульс, новую черту вашей личности, которая ожидается и прокладывает себе путь.

4. Осознайте также, каким образом вы встречали свои кризисы. Пытались ли вы отсрочить или игнорировать их. Усиливали ли возникающую боль. цеплялись ли за старые привычки? Были ли вы мужественны перед лицом кризисов? Переживали ли каждый кризис по-разному?

5. Помните: кризис означает, что существующий порядок рушится, а новый, возможно, более совершенный, занимает своё место. В период между старым и новым порядком возникают временные дезинтеграция и болезненные переживания. Но это естественный процесс, и жизнь — это школа, а кризисные ситуации - наиболее важные уроки. Поэтому принятие кризисов есть самый практический способ быть свободным и в трудной ситуации. Реактивные, эмоциональные установки должны смениться когнитивными, познавательными.

Имеет смысл познакомить человека с эффективными техниками бытия (Г. Томэ), которые могут применяться для оптимального переживания трудных жизненных ситуаций. Например: "сравнение

вниз" (у других ещё хуже бывает, другим ешё тяжелее, чем мне); "сравнение наверх" (у другого всё получилось, значит и я смогу преодолеть трудности); обращение за помощью и поддержкой к близким и вообще окружающим людям; принятие позиции стороннего наблюдателя-свидетеля по отношению к собственным невзгодам и другие.

В нашей практике хорошо показали себя такие методики, как задание изобразить символически суть своего жизненного пути (типа экслибриса), сформулировать девиз своей жизни. Результаты выполнения заданий в виде рисунков и девизов обсуждаются с их авторами. Авторы высказывают неподдельный интерес к таким занятиям и обнаруживают более ответственное и осознанное отношение к ходу своей жизнедеятельности и стремление дорожить временем жизни.

Упражнения на развитие компетентности во времени жизни

В.С.Хомик (13) знакомит нас с "психотерапией, ориентированной на будущее" (ПОРБ) современного американского психотерапевта Фредерика Мелджеса. Она основана на повторном решении бывших жизненных задач с позиций нынешнего состояния личности - субъекта жизни. В ПОРБ человеку помогают структурировать образ Я-будущего. Используется приём, который называется самофутурирование - яркое зрительное представление будущих событий. Самофутурирование сводится к перенесению воображаемого будущего в психологическое настоящее. В соответствии с этим производиться планирование предполагаемых поступков, репетиция будущего поведения на пути к поставленной пели. Психотерапевт облегчает обратную связь, побуждает тшиентп анализировать недавние жизненные события, чтобы тот осознавал, в какой мере они приближают его к целям.

Также в рамках ПОРБ Мелджес предлагает ролевую игру времен, когда пациент входит последовательно в образы Я-будуший, Я-настоящий, Я-прошлый и создает диалог между этими разными модусами Я. Игра производится в воображении пациента, который должен закрыть глаза и брать на себя попеременно роль разных Я. Для усиления эффекта пациент "усаживает" в пустое кресло напротив себя своё Я-актуальное, с которым ведет диалог с позиции Я-будущее.

Полезные практические рекомендации по организации времени жизни даёт украинский психолог В.И.Ковалёва (14). Вот они:

стараться в ответственный или благоприятный момент жизни быть собранным и решительным, мобильным и в то же время уравновешенно-ответственным;

не бояться рисковать и не откладывать дела на потом;

заблаговременно продумывать и проигрывать возможные варианты важных встреч и действий;

упорно, целеустремленно и систематически работать на[г]! перспективными проектами, чтобы в нужный момент у вас была заготовка к реализации замысла; записывать или обсуждать пенные мысли, пришедшие в голову сразу же, пе откладывая;

в общении стараться быть терпимым, благожелательным, не раздражаться.

В целях повышения компетентности во времени и уровня самосознания огромную роль играют личные дневники. Чтобы побудить человека вести такой дневник, надо указать ему на то, что такие великие люди, как Лев Толстой, А.А.Блок и другие писали дневники, познакомить с уникальным опытом биолога А.А.Любищева по организации своей жизни и эффективному использованию времени и многими другими примерами из жизни 'замечательных людей.

Психотерапевтический эффект дневника был задействован в опыте работы спортивного психолога Р.М.Загайнова, психотерапевта Р.Р.Каракозова (15). Так, Загайнов побуждал спортсменов вести личные дневники значимых переживаний, благодаря чему у его подопечных развивался самоанализ, самопознание, саморегуляция и даже самосекундирование, т.е. учёт и экономия времени. Каракозов разработал методику "дневниковой" деятельности, в которой предусматривались приемы реконструкции событий, антиципации, описания вчерашнего дня и некоторые другие. Клиенты составляли список событий жизни, определяли характер связей между ними (логические, причинно-следственные, случайные...), составляли варианты альтернативных событий, определяли смысл отдельных событий и цепочки, блоков событий. Всё это помогало осознать жизненный опыт.

На основе своей модели жизненного мира и внутреннего мира личности Ф.Е.Василюк разработал и апробировал ценную методику тренинга жизненного выбора. Основные моменты методики следующие:

1) отвлечение от обстоятельств, чтобы уяснить суть проблемы выбора, не вдаваясь в подробности на первом этапе;

2) удержание сложности внутреннего мира, не сводя структуру к одному отношению, делу, цели;

3) актуализация глубинных ценностей, напоминание об идеалах и высоких стремлениях, здесь бывает важно прислушаться к себе, довериться интуитивному пониманию самого себя, своего предназначения;

4) опенка альтернатив, перевод ценностного решения в жизненный реальный план, что оно будет означать в жизни, как повлияет на образ жизни — эти последствия надо почти художественно, живо вообразить;

5) решение, понимание его неуклонного исполнения и

необратимости потерь других альтернатив;

6) жертва, когда человек должен понять, чем он жертвует во имя ценности, какова плата за выбор во имя главного, осознание жертвы и примирения с нею, новый взгляд на утраты как на добровольный дар, мотивация служения, интеграция старых достижений в новом образе жизни (16).

Конкретные советы и техники по налаживанию жизни могут быть разными, но главное надо понимать и учитывать в психокоррекционной и консультационной работе законы жизнедеятельности и развития личности на жизненном пути, иначе механическое применение техник бессмысленно и даже вредно, поскольку может привести к профанации сложнейшей работы души человека.

Биографический тренинг и консультирование предъявляют повышенные требования к личностным качествам психолога.

Он сам должен состояться как субъект жизни, быть компетентным во времени, организованным, понимающим истинные ценности, нравственно развитым, склонным к рефлексии и начитанным в философской, психологической, художественной и биографической литературе, освещающей проблемы жизненного пути человека.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современная ситуация в нашей стране, определяемая коренными преобразованиями в обществе, создает особую проблемность жизни личности, что побуждает каждого из нас больше думать о ней и самостоятельно искать новые возможности для осуществления своих целей и планов, потребностей и стремлений.

Становится особенно зримой историческая детерминированность жизни человека. Но вместе с тем растет и чувство собственной ответственности за свою судьбу. Реализация активной позиции по отношению к своей судьбе зависит от знания закономерностей жизненного пути человека и истинных ресурсов личности как субъекта жизнедеятельности. В этой связи биографический метод психологии, пришедший к нам из гуманитаристики более ранних веков, как нельзя лучше, становится орудием понимания законов жизни и основой для управления ею. Опыт биографистов-психологов убедительно доказал научную состоятельность и уникальную ценность биографического метода в деле исследования, обследования и усовершенствования личности при самом активном её участии как эксперта и субъекта собственного жизненного пути.

Для психологической теории личности большое значение имеют новые факты о структуре субъективной картины жизненного пути, механизмах жизненного выбора, психологических формах существования времени личности, механизмах её саморазвития как субъекта жизнедеятельности. Биографические исследования

позволили по-новому взглянуть на проблему психологического времени и завершить иерархию отражения времени в сознании человека, начиная от ощущений микроинтервалов времени и кончая философским размышлением об истории и Вечности.

За сто лет существования биографического метода в прикладной психологии и психологической практике стала очевидной незаменимость биографической информации о личности и её развитии в целях психодиагностики и психокоррекции, а также саморегуляции личностью времени и характера её жизненного пути. Но ещё более заметным стала необходимость дальнейшего развития этого метода и вместе с тем развития генетической персоналистики, которая видит развитие личности в широком жизненном и историческом контексте. В ближайшем будущем, надо ожидать, произойдет смыкание биографической психологии с общей теорией развития личности и всевозрастной психологией, что придаст последним завершенный вид. Классические теории получат новое толкование и подкрепление (или опровержение) в свете новых психолого-биографических исследований, что будет содействовать прогрессу психологии в целом.

С другой стороны, закономерно взаимное тяготение биографической и исторической психологии, так что выделяется проблемная область исторической психологии личности, в которой ставятся вопросы исторической типологии личности, зависимости её состояний от конкретных исторических ситуаций и событий, механизмов её исторической адаптации и исторического поведения. В исторической психологии личности, опирающейся на биографический метод, личность не только теоретически, но и эмпирически исследуется как современник эпохи и сверстник поколения.

По мере развития конкретных психолого-биографических исследований совершенствуются их концептуальные основы и методические средства. Биографический метод становится аналитичным и более строгим, количественным, чем сто лет назад, а биографическая информация используется в комплексе с другой в общей процедуре обработки и интерпретации данных об индивидуальности конкретных людей. В дифференциально-психологическом плане биографический метод особенно продуктивен в рамках психографии, в сочетании с другими научными методами. В общепсихологическом плане он также все более органично может сочетаться с экспериментальными, обсервационными и психодиагностическими методами, что повышает его научный потенциал.

Подводя итоги обсуждению **психобиографических** проблем и биографического метода, мы ещё раз убедились, что высказанные более тридцать лет назад Б.Г.Ананьевым идеи о генетической

персоналистике, онтопсихологии в целом, на наших глазах воплощаются в процессе развития психологии. Вместе с тем, как проницательно предвидел учёный, всё более востребуется биографический метод, расширяются его перспективы как в научном, так и практическом отношении. Он становится не только инструментом познания, но и совершенствования индивидуальной, неповторимой и единственной жизни человека. Надеюсь, и Вашей, читатель, тоже.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

1. Какое место занимает биографический метод (далее БМ) в классификации методов психологии Б.Г.Ананьева?
2. Какие психологические явления входят в проблемное поле биографического метода?
3. Основные особенности (свойства) БМ.
4. Смысл понятия "жизненный путь" в психологии.
5. В каких науках и в каких целях используется БМ?
6. Кто был родоначальником БМ в психологии?
7. Каковы основные идеи теории жизненного пути Ш.Бюлер?
8. Каковы результаты биографических исследований Щ.Бюлер?
9. Что такое "измерение" жизни, по Ш.Бюлер?
10. В чем состоит специфика человеческой жизни, по С. Л. Рубинштейну?
11. Как соотносятся историческое, биологическое и исихологическое время жизни человека?
12. Какие формы существования человека выделил Б.Г.Ананьев?
13. Влияние индивидных свойств человека на его жизненный путь.
14. Влияние личностных свойств на жизненный путь человека.
15. Как Б.Г.Ананьев определял понятие "индивидуальность"?
16. Что вы знаете о программах жизненного пути?
17. Как соотносится онтогенез и жизненный путь?
18. Что такое событие жизни? 19. Виды событий жизни.
20. Что такое жизненный выбор и какова его структура?
21. Что такое биографический кризис?
22. Что такое автобиографическая память и какова её роль в жизненном выборе?
23. Что такое биографическое мышление и какова его роль в организации человеком собственной жизни?
24. Что такое психологическое время?
25. Психологическое время личности.
26. Что такое субъективная картина жизненного пути?
27. Соотношение трёх временных координат в структуре жизни и сознания человека.
28. Что такое трансспектива, по В.И.Ковалёву?
29. В чем суть потенцирования времени, по А.Абульхановой-Славской?
30. Как строится техника каузометрии?
31. Что такое личные документы?
32. Дайте характеристику основным видам личных документов.
33. Каковы мотивы создания спонтанных личных документов, по Г.Олпорту?
34. Какие парциальные квазиэкспериментальные методики в процедуре биографического метода вы знаете?
35. В какой последовательности развертывается биографическое исследование индивидуальности?
36. Как обрабатывать биографическую информацию?
37. Как осуществляется количественная обработка биографической информации?
38. Как писать жизненную историю?
39. Что такое культура жизни?
40. Возможны ли эталоны жизни ("настоящая жизнь")?
41. Характеристика здоровой личности, с точки зрения биографической психологии.
42. Что такое полнота, интенсивность, цельность жизни личности?
43. Какова цель психологической практики на основе БМ?
44. Какие задачи ставит практический психолог, работая на основе БМ?
45. Каков психотерапевтический потенциал личных дневников?
46. Какова процедура тренинга "Повелитель времени"?
47. Что такое игры со временем?
48. Психотерапевтический потенциал каузометрии. 4<) Что такое "Источник жизни"?
50. Этические и психологические требования к психологу-биографисту.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К.А. Психология и сознание личности. М.-Воронеж, 1999. 224 с.
2. Абупьханова-Славская К.А. Стратегии жизни. М.: Мысль,/99/. 199 с.
3. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания. М.: Наука, 1977.
4. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Л.: ЛГУ, 1968. 327 с.
5. Ананьев Б.Г. К проблеме возраста в современной психологии //
6. Ананьев Б.Г., Дворяшина М.Д., Кудрявцева Н.А. Индивидуальное развитие человека и константность восприятия. М.: Просвещение, 1968. С. 40-57.
7. Головаха Е.И., Кроник А,А. Психологическое время личности. Киев: Наукова думка, 1984. 207с,
8. Жизнь как творчество. Киев: Наукова думка, 1985. 300 с.
9. Жизненный путь личности. Киев, 1987.
10. Коган Л.Н. Жизнь и судьба человека. М.: Мысль, 1988.
11. Кон 14. С. В поисках себя. М.: Политиздат. 1984. 335 с.
12. Логинова Н.А. Б.Г.Ананьев — выдающийся учёный в истории отечественной психологии. Алматы: Казак университеті, 1999. 105 с.
13. Логинова Н.А.Биографический метод в свете идей Б. Г. Ананьева//Вопр. психол. 1986 . № 5. С. 104-112.
14. Логинова Н.А. Жизненный путь и социальное мышление личности в контексте исторического времени//Вестник КазГУ. Сер.: Философия. Политология. Социология. Психология. Алматы: Каз.универ. 1999. № 8-9.
15. Логинова Н.А. Развитие личности и её жизненный путь // Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб.: Питер. 2000. С. 238-246.
16. Логинова Н.А. Шарлотта Бюлер - представитель гуманистической психологии // Вопр. психол. 1980. № 1. С. 154-158.
17. Принцип развития в психологии. М.: Няука, 1978. 368 с.
18. Психология личности и образ жизни. М.: Наука, 1987. 279с.
19. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Изд. 2-е. М. 1946: изд. 4-е. СПб: Питер, /999.
20. Рубинштейн С.Л. Человек и мир/'/Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1976.
21. Разумная организация жизни личности. Киев, 1989.
22. Человек, науки. М.: Наука, 1970.

Психолого-биографическая феноменология

1. Гранин Д. А. Эта странная жизнь. Л., 1974.
2. Лотман ЮМ. А.С.Пушкин. М., 1982.
3. Пришвин М.М. Дневники. М.: Правда, 1990. 480 с.
4. Разговоры с Бахтиным//Человек. 1993. №№ 4-6.
5. Толстая С.А. Моя жизнь//Новый мир. 1978. № 10.
6. Цвейг С. Совесть против насилия. М.: Мысль, 1988. 219 с.

Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ 2
ВВЕДЕНИЕ 3
Глава 1 4
БИОГРАФИЧЕСКИЙ МЕТОД – СРЕДСТВО НАУЧНОГО ПОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ 4
Предварительная характеристика биографического метода 5
Жизненный путь — предмет биографического метода 8
Понятийный аппарат биографического метода 10
Операциональный аппарат биографического метода 12
Отличительные свойства биографического метода 12
Глава 2 16
ИСТОРИЯ БИОГРАФИЧЕСКОГО МЕТОДА В ГУМАНИТАРНЫХ НАУКАХ 16
Биография как метод и жанр исторической науки 16
Биографические исследования в литературоведении 19
Метод личных документов в социологии 21
Глава 3 24
ИСТОРИЯ БИОГРАФИЧЕСКОГО МЕТОДА В ПСИХОЛОГИИ 24
Н.А. Рыбников — энтузиаст биографического метода 25
Шарлотта Бюлер — основатель психологии жизненного пути 25
Биографический метод в исследованиях Г.Олпорта 28
Биографический метод в психологии развития 29
Биография и характер 31
Биографический метод в психологии научного творчества 32
Биографический метод в прикладной психологии 33
Глава 4 34
СТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ КАК СУБЪЕКТ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ 34
Индивид 36
Личность 37
Субъект 39
Индивидуальность 41
Глава 5 44
ЖИЗНЕННЫЙ ПУТЬ - СОЦИАЛЬНО-ИСТОРИЧЕСКАЯ ФОРМА 44
ИНДИВИДУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ 44
Глава 6 57
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ НА ЖИЗНЕННОМ ПУТИ. 57
ЖИЗНЕННЫЙ ВЫБОР 57
Проблемность жизненного пути человека 58
Биографическое мышление 59
Биографическая память 62
Жизненный выбор личности 66
Глава 7 71
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ВРЕМЯ ЛИЧНОСТИ 71
Психологическое время 72
Психологическое настоящее 74
Психологическое прошлое 75
Психологическое будущее 76
Интеграция трех временных модальностей и биографическое мышление 77
Глава 8 81
ЛИЧНЫЕ ДОКУМЕНТЫ КАК ИСТОЧНИКИ БИОГРАФИЧЕСКОЙ ИНФОРМАЦИИ 81
1. Автобиографические источники 82
а) Дневники 82
б) Письма 83
в) Автобиография 84
г) Биографическая интервью (беседа) 85
д) Биографические анкеты, опросники 87
2. Продукты деятельности как источники биографической информации 87
3 Свидетельские показания 88
4. Официальные биографические документы 89
Надёжность и валидность биографических источников 90
Глава 9 91

Полная процедура биографического метода для изучения индивидуальности....91
Процедура сбора биографических данных об индивидуальности....91
1. «Личное дело»....92
2. Биографическая анкета....93
3. Автобиография....94
4. Биографическое интервью....94
5. Методика «Круг общения»....95
6. Методика «События»....96
7. Методика «Впечатления»....98
8. "Ценности"....98
9. "Периоды счастья"....99
10. "Первые воспоминания"....99
11. Линия жизни (методика В.Н.Куницыной)....100
12. Свидетельства окружающих....100
13. Пракисметрия....100
Обработка биографической информации об индивидуальности....101
Методы синтеза и интерпретации индивидуального биографического материала....102
Глава 10....105
ВОЗМОЖНОСТИ БИОГРАФИЧЕСКОГО МЕТОДА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ....105
ЗАКЛЮЧЕНИЕ....119
ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ....123
РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА....124
Психолого-биографическая феноменология....124
Содержание....125

OCR & edition by "ByRon"

WARNING (!)

ATTENTION

Only

FOR NON-COMMERCIAL USING

Copyright by the "KAZAKH UNIVERSITY"
Reprinted by permission of the publisher

Перевод из печатного в электронный вид и последующую редакцию осуществил "ByRon"

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ (!)

ВНИМАНИЕ

Исключительно ДЛЯ НЕ КОММЕРЧЕСКОГО (домашнего / не тиражного) использования, т.е. все авторские права, сохранены за автором (Логинова Н.А.) и издателем книги (Издательство "Казак университеті " ©).